

29 et 30 juin 2021 à Paris
+ une 3^{ème} journée fin 2021

Accompagnement en Groupe d'Implication et de Réflexion

Lorsque la retraite arrive, attendue ou redoutée, elle constitue un changement notable dans les étapes de la vie. Le séminaire offre aux participants la possibilité d'explorer leur histoire de vie et de la «re-traiter» en fonction de cette transition.

Ce tournant majeur invite le sujet à faire le point, en explorant sa vie affective, ses valeurs et croyances, ses motivations, ses centres d'intérêt, ses activités. Il peut ainsi poser les jalons pour re-définir de nouvelles perspectives, dans un contexte social et économique lui-même en pleine mutation.

La question centrale qui apparaît alors est : comment et pourquoi suis-je devenu ce que je suis ? Qu'est-ce qui constitue la trame de mon histoire ? Que puis-je imaginer pour mon futur ? Quels choix aurai-je à opérer ?

La troisième journée sera planifiée avec les participants lors de la première partie.



Séminaire co-animé depuis plusieurs années par :



Anasthasia Blanché
Psychanalyste,
psychosociologue
clinicienne
consultante et coach

Isabelle Nalet
Psychosociologue clinicienne,
coach, formatrice et
superviseuse de coaches



Quelques témoignages de participants :

« Un beau voyage bien accompagné »

« Les échos des histoires des autres participants nous apprennent beaucoup »

« Bonne réflexion personnelle pour anticiper le passage à la retraite »

« Méthode riche de découvertes et de prise de connaissance »



Explorer son « parcours d'existence »

Pour devenir auteur de sa vie...

- Un travail en groupe à partir de la mise en récit du parcours singulier de chacun, enrichie du regard des autres participants et des animateurs.
- Une mise en perspective des histoires personnelles grâce à des grilles de lecture alliant les dimensions sociohistoriques, psychiques et existentielles.
- Une démarche sollicitant des registres variés : cognitif, émotionnel, imaginaire, symbolique...
- La garantie d'une déontologie stricte : confidentialité, libre degré d'implication, écoute bienveillante, respect de la parole de chacun et souci de son autonomie.

Initiales Réseau Pluridis est **certifié Qualiopi** pour ses actions de formation. Vous pouvez donc bénéficier des droits ouverts à ce titre.

