

8 et 9 décembre 2020 à Paris
+ une 3^{ème} journée environ 4 mois après
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 leur nouveau statut, dans une thématique spécifique de la retraite nouveau projet de vie.

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. Ce bilan effectué, il peut ainsi poser les jalons pour re-définir un nouveau projet de vie, dans un contexte social et économique, lui-même en pleine mutation.

La question centrale qui apparait 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 ? Avec quelle nouvelle identité tisser de nouveaux liens sociaux ?

La troisième journée sera planifiée avec les participants lors du séminaire de novembre.



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.

Lieu : Paris Centre (accessible aux personnes handicapées)

Tarifs :

Indépendant	Entreprise	Particulier sans prise en charge*
☐ 1 020 € HT (1 224 €TTC)	☐ 1 330 € HT (1 596 €TTC)	☐ 710 € TTC

* Ce tarif s'applique aux personnes qui payent la formation à titre personnel et qui ne font pas passer en frais sur leur structure professionnelle