

RÉUSSIR SON PASSAGE À LA RETRAITE

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL

FINALITÉ

Faciliter et réussir le passage de l'étape de vie professionnelle "classique" à la nouvelle étape de "retraité" pour des personnes fortement investies dans leur travail.

OBJECTIFS

- Amortir le choc psychologique du à l'arrêt de l'activité et de ses composantes affectives
- Préparer le passage et ce que la personne va "laisser" derrière elle.
- Préparer la "suite " et ce que la personne va recréer pour satisfaire ses motivations.

DURÉE

14 heures d'entretien par tranches de 1 à 2 h.

Une première partie de 10 heures réalisées avant le passage et les 4 autres heures dans les mois qui suivent la retraite. Le tout sur une durée d'environ 1 an au total.

COÛT

2 800,00 €. HT

+ frais de déplacement et de location de salle, si nécessaire.

Prix 2015

PROGRAMME

Sont indiqués ci-dessous les thèmes qui seront forcément abordés car incontournables pour bien vivre ce passage délicat. Les points seront traités en fonction des problématiques énoncées par le futur retraité.

1/ entretien de prise de contact et de mise au point d'un contrat de fonctionnement (1 heure).

Cet entretien a pour objet de faire se rencontrer le futur retraité et le consultant pour voir si le travail à faire ensemble est viable. Le consultant et la personne à accompagner font connaissance. Le consultant indique le processus et les manières de traiter les différentes phases.

A la fin de l'entretien se décide la poursuite ou non de l'intervention.

2/ séances préparatoires à la prise de retraite – 10 heures

5 entretiens en face à face de 2 heures.

Les principaux points abordés sont :

- Bilan sur la situation actuelle de la personne
- Les composantes de sa vie professionnelle : leur importance en terme de motivation et d'énergie ; comment ces énergies vont se retrouver dans sa vie post retraite ?
- Les acquis professionnels, le "bagage" accumulé pendant la vie professionnelle : quel est-il ? Que peut-il en faire ?
- La vision du point de passage : comment faire en sorte que la transition soit effectuée ? Quelles sont les délégations à faire ? Comment réaménager l'organisation ?
- Les activités de substitution : Quelles sont-elles ? Comment les préparer ? Comment les mettre en place ?

Pour traiter ces différents points, après une phase de réflexion, de mise à plat, des plans d'action sont définis.

Une analyse des résultats est faite à chaque début de nouvelle séance pour en tirer des enseignements pour la suite.

2/ séances après la prise de retraite – 4 heures

2 entretiens en face à face de 2 heures.

Les principaux points abordés sont :

- Les impacts du passage effectif sur le mental. Quels sont-ils ? Quels enseignements apportent-ils ? Quelles sont les conséquences et quels aménagements le retraité doit-il en tirer ?
- Le nouvel équilibre de vie : Comment est-il vécu ? Comment être encore plus en situation de confort ?
- L'abandon des manques : Comment les supporter et les laisser derrière soi ?
- Les activités de substitution : Quelles sont-elles ? Comment les préparer ? Comment les mettre en place ?

Pour traiter ces différents points, après une phase de réflexion, de mise à plat, des plans d'action sont définis.

Une analyse des résultats est faite à chaque début de nouvelle séance pour en tirer des enseignements pour la suite.

En fin d'intervention, un bilan est fait avec des points de vigilance pour la suite de la retraite.