



LA RETRAITE SELON LA PERSONNALITE

"Je ne suis pas ce qui m'est arrivé, je suis ce que j'ai décidé de devenir" (Carl-Gustav Jung)

Cette pensée incarne l'objectif du cours, qui se propose de mettre au service de votre nouvelle vie la connaissance de votre potentiel, la compréhension de vos comportements et l'acquisition de stratégies de développement.

Ce cours s'appuie sur le fondement théorique de C-G. Jung "Les types psychologiques" et sur le test de personnalité MBTI (Myers-Briggs)

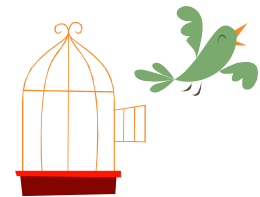
Il permet de mieux se connaître pour augmenter les chances de mieux fonctionner.

Il s'articule autour de 5 étapes :

- reconnaître son type de personnalité à l'aide du test et d'une reconnaissance personnelle
- trouver sa dynamique de développement, comment la personnalité s'est formée en fonction de son type propre
- expliquer le passé et donner des clés de compréhension et d'action pour le futur
- valider les acquis du présent : - points forts, comment les utiliser - points faibles, comment les améliorer - les applications dans la vie quotidienne
- intégrer ces connaissances dans la construction de sa nouvelle vie

Des clés pour mieux se connaître :

- Mise en relief des points forts et des qualités :
 - perception de ses motivations
 - connaissance du champ de développement potentiel
 - accroissement de la confiance et de l'acceptation de soi
 - augmentation de l'efficacité
 - reconnaissance et expression des talents
 - meilleure maîtrise de soi et plus grande liberté
- Connaître les autres :
 - utilisation constructive des différences
 - plus grande tolérance
 - meilleure communication entre les parties
 - bénéficier des qualités naturelles des autres
- intégrer cette connaissance à ses projets de retraite :
 - trouver son chemin de développement
 - élaborer des projets en adéquation avec ses traits de personnalité
 - développer ses ressources enfouies
 - élever son niveau de personnalité



Les 3 soirées peuvent être complétées par des entretiens individuels, afin de mieux maîtriser les éléments d'analyse de la personnalité.