Senior en entreprise : valoriser et transmettre son expérience

★★★★★

AS-29 **2 Jours (14 Heures)**

Description

Cette formation vous permettra de redéfinir vos priorités professionnelles et personnelles en vue de valoriser et de transmettre votre expérience. Vous serez ainsi prêt à organiser votre départ en optimisant cette période de transition.

À qui s'adresse cette formation ?

Pour qui

Toute personne souhaitant donner un second souffle à sa carrière.

Prérequis

Aucun.

Les objectifs de la formation

- Savoir redéfinir les priorités professionnelles et personnelles Optimiser son énergie et gagner en harmonie Apprendre à valoriser et transmettre la propre expérience

Programme de la formation

Prendre conscience de ses atouts et les valoriser

- Identifier ses ressources personnelles : expertise, compétences, réseaux.
- Combattre ses doutes et ses croyances sur les seniors.
- Réfléchir à l'évolution de ses motivations et de ses valeurs liées au travail.
- Bâtir une stratégie de marketing personnel : développer sa visibilité.
- Faire le point sur ses activités actuelles et futures.
- Travaux pratiques Grilles d'analyse de ses ressources personnelles, motivations et valeurs au travail.
- Identifier ses besoins et définir ses projets.

Coopérer en bonne intelligence avec les autres générations

- Comprendre les comportements des différentes générations : Y, X, senior.
- Etablir les bases de relations harmonieuses avec les trois générations.
- Savoir communiquer et coopérer quelle que soit la génération.
- Travaux pratiques Réflexion collective autour des attentes et besoins des différentes générations.

Optimiser son énergie et gagner en harmonie

- Connaître ses sources d'énergie et les facteurs atténuant sa vitalité.
- Soigner son capital intellectuel : concentration, mémorisation.
- Gérer son capital santé : alimentation, activités culturelles et sportives.
- Structurer son temps : optimiser son organisation personnelle.
- Travaux pratiques Test sur ses sources d'énergie et sur ses pratiques en matière d'hygiène de vie.

Pratiquer le knowledge management et transmettre son expérience

- Connaître les différentes façons de transmettre son savoir.
- Recenser le rôle et les missions des différents acteurs : formateurs, tuteurs, coachs, mentors.
- Structurer le savoir à transmettre : le parcours et les méthodes pédagogiques.
- S'approprier les outils du management collaboratif.
- Travaux pratiques En groupe, chaque participant transmet un savoir-faire personnel.

Etre acteur de son départ éventuel

- Anticiper son départ et préparer un plan d'actions : étapes, objectifs.
- Gérer la transition : tourner la page, identifier ses ressorts et ses résistances au changement.
- Prendre un nouveau départ vers un nouvel équilibre : relations, activités.
- Travaux pratiques Définir son projet personnel et construire son plan d'actions.