

Evolution professionnelle

## Seniors : dynamisez vos carrières

2 jours (14h00) | ★★★★★ 4,6/5 | DPEVO-SEN | Évaluation qualitative de fin de stage |  
Formation délivrée en présentiel ou distanciel <sup>(1)</sup>

Formations Management > Efficacité personnelle et professionnelle > Evolution professionnelle



### À l'issue de ce stage vous serez capable de :

- Retrouver une nouvelle articulation temporelle (passé, présent, avenir)
- Mettre en place une nouvelle organisation travail / hors travail, organiser la continuité du poste, élargir votre champ d'action
- Faire le point sur vos compétences, découvrir de nouvelles sources de motivation.

### Niveau requis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis.

### Public concerné

Tout public de plus de 50 ans.

### Cette formation :

- Est animée par un consultant-formateur dont les compétences techniques, professionnelles et pédagogiques ont été validées par des diplômes et/ou testées et approuvées par l'éditeur et/ou par M2i Formation
- Bénéficie d'un suivi de son exécution par une feuille de présence émargée par demi-journée par les stagiaires et le formateur.

#### (1) Modalité et moyens pédagogique :

Formation délivrée en présentiel ou distanciel \* (e-learning, classe virtuelle, présentiel à distance). Le formateur alterne entre méthodes \*\* démonstrative, interrogative et active (via des travaux pratiques et/ou des mises en situation). La validation des acquis peut se faire via des études de cas, des quiz et/ou une certification.

Les moyens pédagogiques mis en oeuvre (variables suivant les formations) sont : ordinateurs Mac ou PC (sauf pour les cours de l'offre Management), connexion internet fibre, tableau blanc ou paperboard, vidéoprojecteur ou écran tactile interactif (pour le distanciel). Environnements de formation installés sur les postes de travail ou en ligne. Supports de cours et exercices.

\* Nous consulter pour la faisabilité en distanciel. \*\* Ratio variable selon le cours suivi.

# Programme

## Introduction

- Présentation de chacun
- Attentes et objectifs visés de chaque participant
- Présentation de la formation

## Retrouver des repères stables

- Qu'est-ce qu'être un senior aujourd'hui ?
- Inventaire des changements d'environnement professionnel
- Repérage des éléments stables

## Faire le point sur son déroulement de carrière

- Les réussites
- Les difficultés rencontrées dans le passé
- Les difficultés actuelles
- Les compétences acquises

## Identifier ses compétences

- Définition d'une compétence
- Les compétences dans la fiche de poste
  - Compétences requises
  - Compétences souhaitables
- Les compétences développées sur le poste actuel
- Les compétences acquises dans le passé et non utilisées aujourd'hui

## Développer ses compétences relationnelles

- Rappel des mécanismes de base de la communication interpersonnelle
- Présenter un projet
- Développer des relations gagnant-gagnant
- Argumenter et convaincre ses interlocuteurs
- Gérer les tensions

## Transmettre ses compétences

- Les conditions nécessaires de nouvelles compétences
- Définition du public concerné par l'acquisition
- Les moyens à mobiliser
- Formalisation d'un plan d'action

## Construire un nouveau projet professionnel

- Se fixer des objectifs
- Elaborer son plan d'action

## Synthèse de la session

- Réflexion sur les applications concrètes que chacun peut mettre en oeuvre dans son environnement
- Conseils personnalisés donnés par l'animateur à chaque participant
- Bilan oral et évaluation à chaud

## Modalités d'évaluation des acquis

L'évaluation des acquis se fait :

- En cours de formation, par des mises en situation contextualisées évaluées
- Et, en fin de formation, par un questionnaire d'auto-évaluation ou une certification (M2i ou éditeur)