

Développer sa créativité

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Type de formation : Formation continue

Éligible au CPF : Non

Domaine : Management du SI

Action collective : Non

Filière : Relations humaines

Rubrique : Développement personnel

Code de formation : DVP323

PRÉSENTATION

Objectifs & compétences

- Sortir des limitations, points de vue et croyances personnelles
- Découvrir son potentiel par des créations individuelles et collectives
- Connaître les étapes du processus créatif
- Animer une séance dynamique de créativité
- Pratiquer la créativité au quotidien

Public visé

Toutes les personnes souhaitant développer leur créativité et leur capacité à résoudre les problèmes.

Pré-requis

Aucune connaissance particulière.

€ Tarifs

Prix public : 1590 €

Tarif & financement :

Nous vous accompagnons pour trouver la meilleure solution de financement parmi les suivantes :

Le plan de développement des compétences de votre entreprise : rapprochez-vous de votre service RH.

Le dispositif FNE-Formation.

L'OPCO (opérateurs de compétences) de votre entreprise.

France Travail: sous réserve de l'acceptation de votre dossier par votre conseiller Pôle Emploi.

CPF -MonCompteFormation

Contactez nous pour plus d'information : contact@aston-institut.com

📍 Lieux & Horaires

Campus : Ensemble des sites

Durée : 14 heures

Délai d'accès : Jusqu'à 8 jours avant le début de la formation, sous condition d'un dossier d'inscription complet

Distanciel possible : Oui

PROGRAMME

Sortir de son cadre de référence

- Déverrouiller ses habitudes, se créer de nouveaux automatismes.
- Dépasser ses freins et limitations issus de nos modes de fonctionnement internes et de nos expériences.
- Choisir et agir différemment.

Exercice

Diagnostic individuel de ses freins et blocages à la créativité. Définition de son cadre de référence. Partage en binôme.

Libérer son potentiel créatif

- Développer la conscience de l'être et du faire.
- Inhiber toute forme de jugement.
- Adopter un point de vue innovant.
- Développer sa pensée latérale.

Exercice

Entraînement à partir de stimuli à la pensée latérale et à la flexibilité mentale. Réalisation d'une création personnelle, présentation au groupe.

Découvrir le processus créatif

- Bien définir le point de départ.
- Créer avec l'hémisphère droit.
- Concrétiser avec l'hémisphère gauche.
- Valoriser le résultat recherché.

Exercice

Chaque participant conduit une étape du processus créatif et amène le groupe à développer des idées en utilisant les deux hémisphères cérébraux.

📅 Prochaines sessions

Cliquez sur la date choisie pour vous inscrire :

■ 02 / 10 / 2025

📍 : Ensemble des sites

✓ : Distanciel possible

🕒 : 14 heures

📅 : 2 jours

■ 04 / 12 / 2025

📍 : Ensemble des sites

✓ : Distanciel possible

🕒 : 14 heures

📅 : 2 jours

S'approprier la boîte à outils créative

- Les techniques de divergence : le brainstorming, le brainwriting, les souhaits, l'inversion.
- Le concassage ou SCAMPER, l'analogie, la métaphore, le dessin.
- Les outils de convergence : la sélection des idées. Trier et évaluer les idées, garder l'objectif en tête, oser.
- La palette de matériaux originaux.

Exercice

Atelier pratique d'idéation d'idées en utilisant les outils de divergence et de convergence.

Animer une séance créative

- Adopter la bonne posture d'animation.
- Captiver tout type de profil pour tirer le meilleur de chacun.
- Remporter l'adhésion collective.

Mise en situation

Animation par un participant d'une séance créative, le groupe se positionnera en ressource.

Développer la créativité au quotidien

- Ancrer de nouveaux réflexes pour développer sa pensée latérale.
- Jouer avec la créativité.
- Se créer des ressources créatives.

Travaux pratiques

Atelier de créativité en sous-groupes : de l'idéation des idées au prototypage de solutions. Présentation orale des travaux réalisés.

MODALITÉS**Modalités**

Modalités : en présentiel, distanciel ou mixte . Toutes les formations sont en présentiel par défaut mais les salles sont équipées pour faire de l'hybride. – Horaires de 9H à 12H30 et de 14H à 17H30 soit 7H – Intra et Inter entreprise.

Pédagogie : essentiellement participative et ludique, centrée sur l'expérience, l'immersion et la mise en pratique. Alternance d'apports théoriques et d'outils pratiques.

Ressources techniques et pédagogiques : Support de formation au format PDF ou PPT Ordinateur, vidéoprojecteur, Tableau blanc, Visioconférence : Cisco Webex / Teams / Zoom.

Pendant la formation : mises en situation, autodiagnostic, travail individuel ou en sous-groupe sur des cas réels.

Méthode

Fin de formation : entretien individuel.

Satisfaction des participants : questionnaire de satisfaction réalisé en fin de formation.

Assiduité : certificat de réalisation.

Validations des acquis : grille d'évaluation des acquis établie par le formateur en fin de formation.