

# 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

## € 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](mailto:contact@aston-institut.com)

## 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.

## 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.