

Développer son potentiel créatif

Pour répondre efficacement aux défis professionnels et personnels, cette formation propose d'expérimenter les ressorts de sa créativité, les ressources de son intuition et de ses sens.

Pour qui ?

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant renforcer sa capacité à créer ou à innover et optimiser son potentiel créatif dans le cadre professionnel.

Objectifs

- Stimuler son imaginaire et sa capacité créative,
- Mettre à jour ses mécanismes de créativité et identifier ses facteurs de crispation,
- Acquérir des processus simples de création d'idées,
- Enrichir ses méthodes de résolution de problèmes et de prise de décision,
- Augmenter son potentiel d'action.

Programme

La créativité

- Les différents types de créativité,

- Les différentes phases du processus créatif,
- Auto évaluation de son profil créatif,
- Identifier ses freins, les obstacles à la créativité opérationnelle et repérer son potentiel créatif.

Le processus créatif

- S'échauffer,
- Poser le problème,
- Produire des idées,
- Identifier les solutions et les sélectionner.

Les techniques et méthodes de créativité

- La méthode Walt Disney,
- Le brainstorming,
- L'analyse SWOT,
- Les cartes mentales, schémas heuristiques,
- Les matrices de découverte,
- Techniques projectives et rêve éveillé,
- Savoir exploiter l'imprévu.

Animer une séance créative

- Les conditions préalables,
- Echauffement créatif du groupe.

Les techniques de gestion de l'efficience personnelle

- aborder les événements et les idées par un ressenti sensoriel,
- pratiquer l'auto-visualisation et la création d'images,
- se projeter dans un événement à vivre,
- percevoir le lien entre détente du corps et disponibilité mentale,
- développer sa capacité de concentration,
- Ecoute, non évaluation, spontanéité.

Les + de cette formation

- +Mises en situation à partir de la réalité des participants,
- +Nombreux exercices visant à acquérir de nouveaux comportements,
- +Mises en situation filmées.

2 jours - 14 heures

690 € HT par participant

Nous contacter

02 53 35 51 00

info@lgpconseil.com

WWW.LGPCONSEIL.COM