

Formation Accueillir l'imprévu

| | |
|--|---|
| Durée de la formation : | 7 heures |
| Date de la session : | du 22/01/2025 au 22/01/2025 |
| Dates précises : | |
| Horaires de la session : | 9h00-17h00 |
| Lieu : | Univ. Bordeaux - Talence - Bâtiment A30 LABRI - Salle 75 Formation des Personnels - Rdc |
| Nombre de places maximum : | 12 |
| Formateur(s) : | IMPRO2 |
| Prérequis sur cette formation : | Aucun |
| Public ciblé : | Tout public |
| Public prioritaire : | Agents travaillant sur des projets collaboratifs. |
| Date limite d'inscription : | 13/01/2025 |

Objectifs :

Gérez efficacement l'imprévu pour moins vous épuiser! Transformez tout changement en force collective !

Nouveauté 2025 : cette formation s'inscrit dans le cadre des formations du programme "Innovation"

Objectifs :

- Entraîner votre réactivité, votre capacité à rebondir et à faire face à l'imprévu.
- Affiner votre écoute et votre capacité à co-construire efficacement sur l'instant avec vos interlocuteurs pour gagner en cohésion.
- Lâcher prise, trouver un état de disponibilité et d'ouverture aux changements ou imprévus pour mieux les embrasser et construire.
- Apprendre à faire d'un changement de programme, d'une erreur de process, ou d'un événement perturbant une force.
- Développer votre créativité face à une situation problématique qui se transforme en impasse à un instant donné.
- Apprendre à être pleinement présent dans l'instant et avec l'autre pour développer votre "intelligence situationnelle".

Formation bénéficiant d'une aide de l'État gérée par l'Agence Nationale de la Recherche au titre du Plan France 2030.

Programme :

1ère partie : le matin

1ères clés d'ouverture aux changements et agilité comportementale

- Echauffement (30 min)
- Exercices d'improvisation pour s'amuser tout en apprenant à co-construire le plus efficacement ensemble. Faire émerger en debrief ce qui aide à co-construire et les attitudes gagnantes de la relation et cultiver son leadership.

2ème partie : l'après-midi

Focus Acceptation : Alternance d'exercices et de jeux de rôles pour « muscler » la posture d'acceptation face à l'imprévu

- Ice breakers (20 min)

- Exercices d'improvisation ou mise en situation pour muscler particulièrement l'acceptation face aux imprévus
- Suivis de debriefs pour faire émerger ce qui aide chacun à « accueillir » les imprévus et faire avec. (1h30 à 2h)
- Jeux de rôles pour apprendre à accueillir l'imprévu tout en nourrissant la relation, par l'écoute active (1h à 1h30)

Pour tout renseignement complémentaire :

Chargé(e) de formation : <mailto:susana.avila-balestrini@u-bordeaux.fr>

Pôle AGRH - service développement des compétences

Retrouvez le détail des sessions proposées et inscrivez-vous sur [FormAction](#)
et toutes les infos sur [l'intranet](#)