

Catalogue des formations de l'année 2024 - 2025

## Accompagnement de la thèse

* + [UP] INS2-ENG - Highlighting your research experience (7 heures)

## Aide à l'insertion professionnelle

* + [UP] INS2 Savoir mettre en valeur son expérience de recherche (7 heures)

## Compétences comportementales

* + [UP] INS1 – Le recrutement : CV, lettre de motivation & entretien (7 heures)
  + [UP] RC1-ENG - Soft skills to cooperate; relationships & communication (14 heures)
  + [UP] RC2 – Gestion des conflits (14 heures)

## Connaissance du Milieu Professionnel

* + [UP] DG3 – Connaître le travail et ses codes (7 heures)
  + [UP] DG4-ENG Basics about working in France for foreign PhD students (14 heures)

## Culture scientifique internationale et valorisation

* + [UP] DG5 - Valoriser sa recherche : propriété industrielle, brevet (3 heures)
  + [UP] DG6 - Valoriser sa recherche : propriété intellectuelle, droits d’auteur (2 heures)
  + [UP] Initiation à l'histoire des sciences (15 heures)

## Communication

* + [UP] RC4 – Prendre la parole en public (14 heures)
  + [UP] RC4-ENG - Public speaking (14 heures)

## Compétences organisationnelles, relationnelles et managériales

* + [UP] RC1 – Mieux coopérer : relation et communication inter personnelle (14 heures)

## Développement personnel

* + [UP] RC3 – Ateliers de gestion du stress & des émotions (7 heures)
  + [UP] RC30-ENG - Stress management workshops (9 heures)

## Ethique et intégrité scientifique

* + [UP] Journées Introductive à la Thèse (10 heures)

## Entrepreneuriat

* + [UP] DG7 - Innovation & création d’entreprise (14 heures)

## Management

* + [UP] DGM - Introduction au management d’équipe (14 heures)
  + [UP] DGM – ENG - An introduction to management (14 heures)

## Préparation à l'Après thèse

* + [UP] OR1 – Etablir les bases de son projet professionnel (7 heures)

## Science ouverte

* + [UP] SOGD - Maîtriser la gestion des données de recherche (Science Ouverte) (3 heures)

## Sciences et Sociétés

* + [UP] MT180 : Ma thèse en 180 secondes (15 heures)

# Accompagnement de la thèse

## [UP] INS2-ENG - Highlighting your research experience

**Mots clés :** Transferable skills, career path, recruitment.

**Objectifs :**

Be aware of your experience and skills (not just scientific) and know how to communicate them in a lively, convincing way.

**Programme :**

This course helps doctoral students to put their professional research experience into words in a recruitment context. It is about being able to demonstrate the PhD’s value to potential partners and recruiters, particularly in other sectors than teaching and research. Indeed, adaptability, autonomy, problem-solving, the ability to learn on your own and to work as part of a team are all useful in research and many other professional fields! By the end of the course, doctoral students are able to demonstrate the transferability of the skills acquired during their thesis.

**Lieu :** MSHS 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 9 janvier 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 12 décembre 2024  
**Langue de l'intervention :** anglais

**Calendrier : 2 séances**

Séance n° 1 Date : 09-01-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 09-01-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

**Lieu :** MSHS 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 12 mars 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 29 janvier 2025  
**Langue de l'intervention :** anglais

**Calendrier : 2 séances**

Séance n° 1 Date : 12-03-2025 Horaire : 09h00 à 12h00  
Lieu : MSHS 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 12-03-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

# Aide à l'insertion professionnelle

## [UP] INS2 Savoir mettre en valeur son expérience de recherche

**Mots clés :** Communication, argumentation, dialogue, projet professionnel

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorant.e.s ont pris conscience de la valeur et de la transférabilité des compétences acquises au cours de leur thèse et peuvent en nommer et expliciter plusieurs.

**Programme :**

Cette formation aide les doctorant.e.s à mettre des mots sur leur expérience professionnelle de recherche, et à être en mesure de la valoriser dans le cadre d’un recrutement, notamment vers d’autres secteurs que l’enseignement – recherche. En effet, adaptation, autonomie, résolution de problèmes, capacités à apprendre seul mais aussi à travailler en équipe sont utiles dans de nombreux domaines professionnels !

**Lieu :** MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 7 janvier 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 10 décembre 2024  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 2 séances**

Séance n° 1 Date : 07-01-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS

Séance n° 2 Date : 07-01-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS

**Lieu :** MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 19 février 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 5 février 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 2 séances**

Séance n° 1 Date : 19-03-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 19-03-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

# Compétences comportementales

## [UP] INS1 – Le recrutement : CV, lettre de motivation & entretien

**Pré requis :** Amener son CV

**Mots clés :** CV, lettre de motivation, candidature, expérience, compétences, motivations, posture professionnelle, dialogue

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorant.e.s sont capables de rédiger un CV clair et efficace, et de se positionner en professionnel.le.s lors d’un recrutement.

**Programme :**

Cette formation est à destination de celles et ceux qui ont un projet professionnel plutôt clair, et souhaitent se préparer à candidater à des offres d’emploi. L’objet de la formation est de maîtriser les éléments de base de la recherche d’emploi : CV & lettre de motivation. Venez avec votre CV et profitez-en pour l’améliorer ! La seconde partie fait place aux pratiques d’entretien. Des exercices, questions types, et la découverte d’outils internet de l’APEC (simulateur de salaire et d’entretien notamment) vous permettront de gagner en autonomie.

**Lieu :** MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 5 mars 2025  
**Date ouverture des inscriptions :**   
**Date fermeture des inscriptions :** 22 janvier 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 2 séances**

Séance n° 1 Date : 05-03-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 05-03-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

## [UP] RC1-ENG - Soft skills to cooperate; relationships & communication

**Mots clés :** Relations, communication, inter personal skills, self esteem, self confidence, emotions.

**Objectifs :**

By the end of the course, doctoral students will be able to measure the benefits, challenges and difficulties of an effective, caring and authentic communication

**Programme :**

This course covers the two complementary dimensions of interpersonal skills: - The intra-personal dimension: self-knowledge and self-esteem, managing emotions - The inter-personal dimension: relationships with others, communication with others, assertiveness, etc. These life skills are becoming crucial in an ever-changing world. Adapting, cooperating and exchanging are key factors for integration and efficiency at work, but also for personal and professional fulfilment.

**Lieu :** MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 14 mai 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 2 avril 2025  
**Langue de l'intervention :** anglais

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 14-05-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 14-05-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 15-05-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 4 Date : 15-05-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

## [UP] RC2 – Gestion des conflits

**Mots clés :** Conflit, négociation, communication non violente, régulation des conflits

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorant.e.s ont découvert des outils et méthodes pour réguler les conflits qu’ils vivent.

**Programme :**

Les conflits sont inévitables mais peuvent être difficiles à vivre. Diverses méthodes existent pour traiter les conflits ; nous les verrons, et mesurerons pour chacune leurs avantages et inconvénients. Puis, sans revenir sur la communication, vue à la formation « Mieux coopérer : relation et communication », nous aborderons la négociation et la communication non violente (CNV).

**Lieu :** MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 3 juin 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 29 avril 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 03-06-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 03-06-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 04-06-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 4 Date : 04-06-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

# Connaissance du Milieu Professionnel

## [UP] DG3 – Connaître le travail et ses codes

**Mots clés :**

Travail, droits, relation au travail, motivation, plaisir, collaboration, management

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorant.e.s appréhendent mieux la complexité des différentes dimensions du travail.

**Programme :**

Cette formation évoque le travail dans ses dimensions humaines, sociales et juridiques.   
Au plan humain et social, on s’interrogera sur la place du travail dans notre société, et pour soi-même. Au plan juridique on évoquera les points essentiels du droit du travail et les obligations des parties au contrat, employeur et employé (en France).

**Date de début de la formation :** 12 décembre 2024  
**Date fermeture des inscriptions :** 21 novembre 2024  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 1 séance**

Séance n° 1 Date : Horaire : 09h00 à 17h30  
Lieu : https:univ-poitiers.webex.comuniv-poitiersj.php?MTID=meb800f5d9418da8f349b0de5d55133ba

## [UP] DG4-ENG Basics about working in France for foreign PhD students

**Mots clés :** Knowing about France, working in France, relations at work, labour rights, lab work

**Objectifs :**

At the end of the training, PhD students will be able to resume some of the complexities of working in France.

**Programme :**

This course is specifically dedicated to non-French speaking PhD students. The course aims at providing an insight on the french society as a whole (historically, politically, culturally…), but more particularly with respect to working in a french organisation. What are the rules that apply at work; labour laws and rules, but also how to behave at work and connect with colleagues. The training is an occasion to exchange views with people from various backgrounds and nationalities.

**Lieu :** MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 18 décembre 2024  
**Date fermeture des inscriptions :** 27 novembre 2024  
**Langue de l'intervention :** anglais

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 18-12-2024 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS

Séance n° 2 Date : 18-12-2024 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS

Séance n° 3 Date : 19-12-2024 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS

Séance n° 4 Date : 19-12-2024 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS

# Culture scientifique internationale et valorisation

## [UP] DG5 - Valoriser sa recherche : propriété industrielle, brevet

**Mots clés :** Brevet, marque, propriété industrielle, propriété intellectuelle

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorant.e.s peuvent résumer les enjeux et étapes du dépôt de brevet.

**Programme :**

Cette formation vous fait découvrir les bases de la propriété industrielle, en rapport avec les travaux de thèse. Elle permet d’acquérir les réflexes nécessaires pour pouvoir éventuellement valoriser votre thèse, notamment sur la question des brevets.

**Lieu :** MSHS 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 6 mai 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 25 mars 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 1 séance**

Séance n° 1 Date : 06-05-2025 Horaire : 09h30 à 12h30  
Lieu : MSHS 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

**Lieu :** MSHS 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 8 janvier 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 11 décembre 2024  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 1 séance**

Séance n° 1 Date : 08-01-2025 Horaire : 09h30 à 12h30  
Lieu : MSHS 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

## [UP] DG6 - Valoriser sa recherche : propriété intellectuelle, droits d’auteur

**Mots clés :** Copyright, droits d’auteur, logiciels, propriété intellectuelle.

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorant.e.s peuvent résumer les principaux éléments de la propriété intellectuelle.

**Programme :**

Cette formation vous fait découvrir les bases de la propriété intellectuelle, en rapport avec les travaux de thèse. Il s’agit des droits d’auteur au sens large, comprenant toute production écrite, musicale, artistique, ou autre, ainsi que les logiciels.

**Date de début de la formation :** 23 janvier 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 12 décembre 2024  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 1 séance**

Séance n° 1 Date : 23-01-2025 Horaire : 09h30 à 11h30  
Lieu : lien à venir

**Date de début de la formation :** 20 mai 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 9 avril 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 1 séance**

Séance n° 1 Date : 20-05-2025 Horaire : 09h30 à 11h30  
Lieu : lien à venir

## [UP] Initiation à l'histoire des sciences

**Mots clés :** Histoire - Epistémologie - Philosophie - Sciences techniques

**Objectifs :**

Acquérir une culture et une réflexion autour des sciences   
Savoirs historiques, scientifiques, philosophiques

**Programme :**

Cours 1 – Une invitation à la culture scientifique. L’histoire du développement des concepts scientifiques   
Cours 2 – Une présentation de l’histoire, l’épistémologie et la philosophie des sciences et des techniques   
Cours 3 – Une histoire des mathématiques. Les mathématiciens sont-ils tous fous et les mathématiques sont-elles réellement incompréhensibles   
Cours 4 – Une histoire de la révolution scientifique au XVII siècle. L’irruption de la méthode scientifique   
Cours 5 – Aux origines de la thermodynamique. De la machine à vapeur de James Watt au manuscrit de Sadi carnot   
Cours 6 – Une histoire du développement de la théorie de l’évolution. Le voyage de Charles Darwin   
Cours 7 – Une histoire de l’électricité de l’ambre frotté aux systèmes de télécommunication   
Cours 8 – Une histoire de la lumière. Des premières hypothèses sur la nature de la lumière aux résultats étranges de la physique quantique   
Cours 9 – Les paradoxes de la vie d’Albert Einstein. Les révolutions relativistes et leurs conséquences   
Cours 10 – Une histoire de la révolution quantique au début du XX siècle. Qu’est-ce que la réalité ?   
Cours 11 – Une histoire de l’Informatique. De la pascaline de Blaise Pascal aux premiers ordinateurs. La vie tragique d’Alan Turing   
Cours 12 – Une histoire de la micro-informatique. De l’avènement de l’ordinateur personnel à la révolution du numérique   
Cours 13 – Une histoire de la théorie du Big Bang. Du monde clos à l’univers infini   
Cours 14 – Une petite histoire changement climatique. Une controverse scientifique ?   
Cours 15 – L’intelligence artificielle. Un sujet d’actualité ?   
Cours 16 – De la première révolution de la physique quantique à la deuxième et à ses incroyables applications, cryptographie, téléportation et informatique quantique

**Lieu :** ENSIP - B1 - 1 rue Michel Doré   
**Date de début de la formation :** 3 décembre 2024  
**Date fermeture des inscriptions :** 12 novembre 2024  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 5 séances**

Séance n° 1 Date : 03-12-2024 Horaire : 09h00 à 12h00  
Lieu : ENSIP

Séance n° 2 Date : 05-12-2024 Horaire : 14h00 à 17h00  
Lieu : ENSIP

Séance n° 3 Date : 09-12-2024 Horaire : 14h00 à 17h00  
Lieu : ENSIP

Séance n° 4 Date : 10-12-2024 Horaire : 09h00 à 12h00  
Lieu : ENSIP

Séance n° 5 Date : 10-12-2024 Horaire : 14h00 à 17h00  
Lieu : ENSIP

# Communication

## [UP] RC4 – Prendre la parole en public

**Mots clés :** Gestion du stress, communication verbale et non verbale, clarté, argumentation, prise de parole

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorant.e.s peuvent mettre en œuvre divers moyens et techniques pour prendre la parole en public sans stress excessif.

**Programme :**

Il n’est jamais facile de parler en public ; le regard de l’autre, la peur de se tromper, de bafouiller, de perdre le fil… Cette formation abordera les aspects liés à la gestion du stress (respiration, discours intérieur), mais aussi à une communication efficace (langage verbal, non verbal, clarté des idées). Apports, jeux, échanges et mises en situation sont au programme.

**Lieu :** MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 16 avril 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 26 mars 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 16-04-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 16-04-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 17-04-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 4 Date : 17-04-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

**Lieu :** MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 19 juin 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 7 mai 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 19-06-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 19-06-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 20-06-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 4 Date : 20-06-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

## [UP] RC4-ENG - Public speaking

**Mots clés :** Public speaking, conference, stress management, oral presentation

**Objectifs :**

By the end of the course, doctoral students will be able to apply a range of methods and techniques for public speaking without undue stress.

**Programme :**

It's never easy to speak in public; people’s gaze, the fear of making a mistake, of stammering, of losing the thread... This course will cover aspects of stress management (breathing, self-talk), as well as effective communication (verbal and non-verbal language, clarity of ideas). The programme includes lectures, games, discussion and practices.

**Lieu :** MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 2 avril 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 26 février 2025  
**Langue de l'intervention :** anglais

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 02-04-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 02-04-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 03-04-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 4 Date : 03-04-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

**Lieu :** MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 25 juin 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 14 mai 2025  
**Langue de l'intervention :** anglais

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 25-06-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 25-06-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 26-06-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 4 Date : 26-06-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

# Compétences organisationnelles, relationnelles et managériales

## [UP] RC1 – Mieux coopérer : relation et communication inter personnelle

**Mots clés :** Relation, coopération, communication inter personnelle, écoute, assertivité, estime de soi, confiance en soi

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorant.e.s mesurent l’intérêt, les enjeux et difficultés d’une communication efficace, bienveillante et authentique

**Programme :**

Cette formation aborde les deux dimensions complémentaires des savoirs-être :   
- La dimension intra personnelle ; connaissance & estime de soi, gestion des émotions   
- La dimension inter personnelle : relation à autrui, communication avec autrui, assertivité

Ces savoirs-être deviennent cruciaux dans un monde en changement perpétuel. S’adapter, coopérer, échanger sont des facteurs clés d’intégration et d’efficacité au travail, mais aussi d’épanouissement personnel et professionnel.

**Lieu :** MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 21 mai 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 8 avril 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 21-05-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 21-05-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 22-05-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 4 Date : 22-05-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

# Développement personnel

## [UP] RC3 – Ateliers de gestion du stress & des émotions

**Mots clés :** Stress, émotions, estime de soi, respiration, méditation, psychologie positive, santé mentale

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorantes et doctorants comprennent leur fonctionnement émotionnel ainsi que leur stress et développent leurs ressources pour les gérer utilement.

**Programme :**

Le stress, comme les émotions, nous alerte sur ce que nous vivons. Le but n’est donc pas tant d’éliminer le stress, et encore moins les émotions, mais d’accueillir ce que nous vivons, pour mieux le comprendre, le réduire et in fine pouvoir vivre avec. Connaissance de notre cerveau émotionnel, réflexions sur nos sources de stress et nos valeurs, échanges, mais aussi respiration et méditation. Rappelons que certaines situations stressantes (harcèlement, discriminations, violences …) n’ont pas leur place au travail, et cette formation ne doit en rien les légitimer.

**Lieu :** MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 5 mai 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 24 mars 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 3 séances**

Séance n° 1 Date : 05-05-2025 Horaire : 14h00 à 17h00  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 12-05-2025 Horaire : 14h00 à 17h00  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 19-05-2025 Horaire : 14h00 à 17h00  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

## [UP] RC30-ENG - Stress management workshops

**Mots clés :** Stress, stress management, emotions.

**Objectifs :**

By the end of the course, doctoral students will understand their emotional functioning and stress, and will be able to develop the resources they need to manage them effectively.

**Programme :**

Stress, like emotions, alerts us to what we are experiencing. So the aim is not so much to eliminate stress, let alone emotions, but to welcome what we are experiencing, so that we can better understand it, reduce it and ultimately live with it. Learn about our emotional brain, reflect on the sources of our stress and our values, exchange ideas, but also breathe and meditate. Learning to cope with stress should not mean to learn to cope with harassment, discrimination or violence, which should not happen in the workplace and are prohibited by law.

**Lieu :** MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 3 mars 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 20 janvier 2025  
**Langue de l'intervention :** anglais

**Calendrier : 3 séances**

Séance n° 1 Date : 03-03-2025 Horaire : 14h00 à 17h00  
Lieu : MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 10-03-2025 Horaire : 14h00 à 17h00  
Lieu : MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 17-03-2025 Horaire : 14h00 à 17h00  
Lieu : MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

# Ethique et intégrité scientifique

## [UP] Journées Introductive à la Thèse

**Compétences acquises à l'issue de la formation :**

Savoirs liés à la mise en œuvre de la recherche scientifique, à la valorisation de la recherche et à la poursuite de carrière

**Mots clés :** Ethique de la recherche, intégrité scientifique, sciences ouvertes, portefeuille de compétences, projet professionnel, préparation de l’après thèse, connaissance de l’éco-système de recherche à Poitiers

**Objectifs :**

Sensibiliser les doctorants :

* + 1. sur des sujets critiques pour la recherche (éthique, intégrité, science ouverte et portefeuille de compétences),
    2. sur l’existence d’un éco-système pour les accompagner dans divers aspects du travail de recherche.

**Programme :**

**2 grandes conférences** : éthique de la recherche et intégrité scientifique

**Cycles de mini conférences** : sciences ouvertes, science inclusive, portefeuille de compétences **ateliers** : pédagogie, entrepreneuriat, valorisation de la recherche, médiation scientifique, développement durable & handicap.

**Lieu :** MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 14 janvier 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 18 décembre 2024  
**Langue de l'intervention :** français et anglais  
**Public prioritaire :** 1ère et 2ème année

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 14-01-2025 Horaire : 08h00 à 12h00  
Lieu : MSHS

Séance n° 2 Date : 14-01-2025 Horaire : 14h00 à 17h00  
Lieu : MSHS

Séance n° 3 Date : 15-01-2025 Horaire : 08h00 à 12h00  
Lieu : MSHS

Séance n° 4 Date : 15-01-2025 Horaire : 14h00 à 17h00  
Lieu : MSHS

# Entrepreneuriat

## [UP] DG7 - Innovation & création d’entreprise

**Mots clés :** Entrepreneuriat, étude de marché, business plan, innovation.

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorant.e.s peuvent énoncer les principales questions que doivent se poser les futurs entrepreneur.e.s.

**Programme :**

Qu’est-ce que créer une entreprise ? Quelles questions se poser avant de se lancer ? Quelle relation avec le doctorat, la recherche, l’innovation ? Etude de marché, business plan, business model sont au menu de la première journée, et les outils et politiques de l’innovation seront visités lors de la deuxième journée.

**Lieu :** MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 25 mars 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 11 février 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 25-03-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 25-03-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 26-03-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 4 Date : 26-05-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

# Management

## [UP] DGM - Introduction au management d’équipe

**Mots clés :** Management, gestion d’équipe, relations, communication, organisation, planification.

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorant.e.s peuvent définir le management, en énumérer les différentes dimensions et leur complexité

**Programme :**

Cette formation vous fait découvrir les bases du management d’équipe. Ces bases reposent sur deux piliers : la dimension d’organisation, de planification, de gestion, plutôt froide et méthodique, mais tout à fait nécessaire pour organiser et répartir le travail et les responsabilités au sein d’une équipe. La dimension chaude, plus humaine, d’animation d’équipe, de communication et d’accompagnement des personnes est fondamentale pour maintenir la motivation et l’engagement des membres de l’équipe, et la fluidité du travail.

**Lieu :** MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 12 février 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 2 janvier 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 12-02-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 12-02-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 13-02-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 4 Date : 13-02-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

## [UP] DGM – ENG - An introduction to management

**Mots clés :** Management, team management, relations, communication, organisation, planification.

**Objectifs :**

By the end of the course, doctoral students will be able to define management and list its various dimensions and complexities.

**Programme :**

This course introduces you to the basics of team management. These basics are based on two pillars: the cold, methodical dimension of organisation, planning and management, and the warmer, more human dimension of team leadership, communication and support.

**Lieu :** MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 19 février 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 8 janvier 2025  
**Langue de l'intervention :** anglais

**Calendrier : 4 séances**

Séance n° 1 Date : 19-02-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 19-02-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 3 Date : 20-02-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 4 Date : 20-02-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS Bat A5 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

# Préparation à l'Après thèse

## [UP] OR1 – Etablir les bases de son projet professionnel

**Mots clés :** Projet professionnel, motivation, portefeuille de compétences, compétences, expériences, qualités

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorant.e.s sont capables de mener la démarche de construction de leur projet professionnel.

**Programme :**

Cette formation introduit la notion de projet professionnel, et vous permet d’appréhender une démarche globale pour construire son (ses) projet(s) professionnel(s), comprenant les notions suivantes :

- BILAN – Savoir nommer et décrire vos expériences, compétences, qualités, traits de personnalité   
- PROJET – Clarifier pour mieux expliquer vos motivation, intérêts professionnels, engagement(s)   
- MARCHE – Savoir comment connaître les métiers, emplois et opportunités existants ou potentiels   
Il peut être intéressant de suivre cette formation assez tôt dans votre thèse (1° ou 2° année) afin d’avoir cette perspective de construction de votre projet toujours en éveil, même s’il évoluera sans doute.

**Lieu :** MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers   
**Date de début de la formation :** 10 février 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 20 janvier 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 2 séances**

Séance n° 1 Date : 10-02-2025 Horaire : 09h00 à 12h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

Séance n° 2 Date : 10-02-2025 Horaire : 14h00 à 17h30  
Lieu : MSHS - Bat A5 - 5 Rue Théodore Lefebvre, 86000 Poitiers

# Science ouverte

## [UP] SOGD - Maîtriser la gestion des données de recherche (Science Ouverte)

**Mots clés :** Science ouverte, gestion des données, plan de gestion des données (PGD)

**Objectifs :**

A la fin de la formation, les doctorantes et doctorants savent appliquer les bases de la gestion des données à leur travail de recherche, en accord avec les contextes réglementaires (Science Ouverte, RGPD, ZRR, droit d'auteur).

**Programme :**

Maîtriser la gestion des données scientifiques est devenu un impératif pour la réalisation des projets de recherches et s’inscrit dans une politique et un écosystème local, national et international. Cette formation vise à développer un socle de compétence concernant la gestion des données des projets de recherche : cycle de vie des données, réglementations, bonnes pratiques, Plan de Gestion des Données (PGD).

**Date de début de la formation :** 20 janvier 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 16 décembre 2024  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 1 séance**

Séance n° 1 Date : 20-01-2025 Horaire : 09h30 à 12h30  
Lieu : lien à venir

**Date de début de la formation :** 14 avril 2025  
**Date fermeture des inscriptions :** 3 mars 2025  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 1 séance**

Séance n° 1 Date : 14-04-2025 Horaire : 09h30 à 12h30  
Lieu : lien à venir

# Sciences et Sociétés

## [UP] MT180 : Ma thèse en 180 secondes

**Pré requis :**

Pour prendre part au concours, les participants doivent satisfaire aux conditions d’admissibilité suivantes, établies selon de règlement international rédigé par le comité international de Ma thèse en 180 secondes :   
- S'exprimer en français ;   
- Pour participer, le candidat doit être inscrit en doctorat pour l’année universitaire en cours (2024-2025), ou avoir obtenu son doctorat lors de l’année universitaire précédente à savoir 2023-2024 ;   
- Représenter l’université dans lequel le doctorant est inscrit. En cas de co-tutelle de thèse avec un pays participants à la finale internationale, le doctorant devra choisir quel pays représenter et s’inscrire dans le concours du dit pays;   
- Présenter un état d’avancement suffisant du projet de recherche doctoral ;   
- Avoir informé de sa participation au concours leur directeur de thèse et / ou financeurs et son directeur d’unité ;   
- En finale internationale, représenter le pays dans lequel il a été sélectionné ;   
- Plus largement, le doctorant doit être inscrit dans une université du pays qu’il représentera lors de la finale internationale ;   
- Ne pas avoir déjà été finaliste national du concours lors une édition précédente ;   
- Seule l’université du candidat et son laboratoire seront affichés sur les supports de communication nationaux.   
ATTENTION : Tout candidat se présentant au concours doit bien tenir compte du calendrier défini pour l’ensemble de ce concours.

**Mots clés :** vulgarisation scientifique

**Programme :**

25 novembre 2024 : séance d'entrainement   
13 janvier 2025 : séance d'entrainement   
10 février 2025 : séance d'entrainement   
14 février 2025 prix des lycéens   
18 février 2025 Finale locale MDE   
Finale régionale entre mars et mai 2025   
Finale nationale à Paris en juin 2025   
Finale Internationale automne 2025

**Date de début de la formation :** 25 novembre 2024  
**Date fermeture des inscriptions :** 3 novembre 2024  
**Langue de l'intervention :** français

**Calendrier : 5 séances**

Séance n° 1 Date : 25-11-2024 Horaire : 09h00 à 17h00  
Lieu : à définir

Séance n° 2 Date : 13-01-2025 Horaire : 09h00 à 17h00  
Lieu : à définir

Séance n° 3 Date : 10-02-2025 Horaire : 09h00 à 17h00  
Lieu : à définir

Séance n° 4 Date : 14-02-2025 Horaire : 09h00 à 17h00  
Lieu : Faculté de Droit - Campus Bâtiment A1 - Amphi 800

Séance n° 5 Date : 18-02-2025 Horaire : 14h00 à 21h00  
Lieu : Maison des Etudiants - Campus