

Objectifs

- Maîtriser des techniques d'auto-coaching pour réussir son doctorat
- Connaître le travail quotidien du doctorant et savoir le planifier
- Apprendre les outils de pilotage de la thèse
- Savoir appliquer les principes de l'action immédiate au travail du doctorant
- Adopter un système d'organisation efficace et adéquat par rapport à son objectif
- Gérer son temps et ses priorités
- Développer confiance en soi et motivation sur le long terme

Contenu

L'objectif de ce cours est de présenter les différentes activités qui sont à réaliser pendant les trois ans de thèse et de permettre au doctorant de construire sa propre organisation pour arriver sans encombre à la soutenance. Les 3 axes principaux seront :

- S'organiser dans sa tête : définir ses objectifs pour tenir le cap jusqu'à la soutenance.
- S'organiser sur le plan matériel : adopter une organisation efficace pour faire avancer la thèse.
- S'organiser sur le long terme : apprendre à piloter sereinement son projet



Méthodes

La formation alterne des sessions de présentation et des travaux pratiques.

Modalités

Langue : Français

Public cible : Doctorants première année.

Prérequis : Aucun.

Formateurs : Karen VERGNOL-REMONT, Cheffe du Pôle Etudes Doctorales et HDR

Durée : 21 heures (3 journées)

Nombre maximum de participants : 15 participants

Validation : 1 module

S'inscrire via ADUM ici