



Organisé, serein et efficace avec le mind-mapping

Le mind-mapping est le couteau suisse de l'efficacité professionnelle et personnelle.
Un outil indispensable dans un monde où la profusion d'informations crée de la confusion
et où s'approprier et clarifier l'essentiel devient une gageure !

Les OBJECTIFS de la formation

- Savoir créer des cartes heuristiques (mind-maps ou cartes mentales),
- Traiter rapidement et efficacement l'information,
- Développer ses capacités de synthèse et de vision globale,
- Clarifier et simplifier le complexe,
- Optimiser les apprentissages.

À l'issue de la formation, vous aurez développé vos capacités à :

- Traiter l'information, à la comprendre et à la mémoriser
- Structurer votre travail, votre organisation et votre temps
- Faire émerger des idées nouvelles,
- Travailler en mode collaboratif.

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

La pédagogie est active et très opérationnelle. Des cas variés d'applications professionnelles sont expérimentés et illustrés tout au long de la formation. La pratique manuelle puis numérique sont explorées au rythme de l'apprentissage. La méthode est présentée dans ses applications individuelle et collective. Chaque stagiaire construit ainsi au fur et à mesure de la formation les pistes d'exploitation qui lui correspondent.



PROGRAMME

DÉVELOPPER l'autonomie de la pensée
APPRENDRE les fondamentaux
du mind-mapping
UTILISER le mind-mapping dans la prise
de notes, la préparation de RV et de réunions, la
réflexion et la structuration des idées
COMPRENDRE l'impact de la communication
visuelle (spécialisation, couleurs, pictogrammes)
EXPLORER le mind-mapping comme outil
de créativité
ORGANISER et STRUCTURER son travail,
son temps, des projets...
PASSER de la pratique individuelle à la pratique
collective et collaborative
PARLER avec aisance à l'oral
DÉCOUVRIR des outils numériques adaptés
PRATIQUER : Mises en pratique tout au long
de la formation



PUBLIC

Tout public en quête d'efficacité
personnelle et professionnelle

Pré-requis

Être ouvert au changement



DATES 13 & 14 décembre 2018



DURÉE 2 jours (14 h)



TARIF INTER-ENTREPRISES
900,00 € HT (1080 € TTC) / personne
Tarif intra-entreprise sur devis