

MIEUX TRAVAILLER AVEC LE MIND-MAPPING



2 Jours

4 min.
10 max.

Intra (groupe de 10 personnes max.) :
- locaux clients : 980€ HT / jour
- locaux ARAMIS : 1 100€ HT / jour



Nous contacter

Objectifs & compétences visées

- Utiliser la carte mentale comme *booster* de l'efficacité individuelle et collective
- Penser de façon claire, créative et originale
- Comprendre et s'approprier le fonctionnement et les techniques du *mind-mapping*
- Gérer une vision globale et détaillée de son sujet
- Utiliser cette technique pour divers usages et selon ses points à améliorer
- S'entraîner à créer des cartes heuristiques

Pour qui ?

Tout public.

Prérequis & modalités d'accès

Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation.

Méthodes pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques et surtout méthodologiques, de *brainstormings*, de travaux en sous-groupes sur des cas pratiques, de construction de cartes mentales...
- Nos formateurs sont des professionnels et/ou des experts dans leur domaine : ils utilisent des méthodes et outils appropriés aux formations professionnelles continues, et adaptent leur pédagogie au public accueilli. Pour ce faire, ils utilisent le vécu des participants et les échanges sur leurs expériences
- Synthèse à la fin de chaque journée avec expression des participants

Conditions d'accueil

- Toutes nos salles sont ergonomiques et adaptées à l'accueil du public
- Elles sont également accessibles aux personnes en situation de handicap. Dans ce cas, nous contacter
- Collation et café offerts

I. Le *mind-mapping*

- Notion de carte mentale
- Carte mentale, carte heuristique, carte conceptuelle
- Passer d'une perception linéaire à une vision globale d'un projet

II. Garder à l'esprit les finalités de la méthode

- Faciliter la compréhension, clarifier et organiser ses idées
- Exploiter au maximum les capacités de son cerveau et son potentiel créatif
- Favoriser les mécanismes de combinaison et d'association des idées
- Permettre une meilleure mémorisation des informations
- Anticiper les effets attendus

III. Acquérir les réflexes et la méthodologie de construction d'une carte mentale

- Les grands principes apportés par Tony Buzan
- Les réflexes de base
- Organisation des idées, liens entre les idées

- La structure (arbre, graphe)
- La mise en scène
- Les mots
- Le style

IV. Compléter son *mind-mapping* en y associant différentes ressources, l'actualiser et l'exporter

- Générer une carte et la déployer en ajoutant des branches
- Y intégrer judicieusement mots et locutions
- Y intégrer des images, des marqueurs de priorité, de pourcentages d'avancement
- Attribuer des responsabilités
- Tisser des liens, créer des zones
- Insérer des notes, des pièces jointes, des hyperliens
- Mettre en évidence le rapport entre les idées en utilisant des flèches et des signes
- Ajouter de la couleur
- Importer et exporter, sauvegarder sous différents formats

V. Utiliser le *mind-mapping* pour penser et organiser son travail

- Gérer son temps et ses priorités
- Animer des réunions, des *brainstormings*
- Prendre la parole avec impact
- Rester disponible pour écouter et intervenir
- Prendre des notes efficaces
- Résoudre un problème
- Gérer une décision
- Organiser des réunions de créativité
- Structurer et activer sa mémoire sans efforts

Les + de la formation !

- La formation allie **théorie et pratique** pour des mises en situation et des échanges constructifs entre stagiaires et formateur.
- Le stagiaire repart de la formation avec un **livret de formation**, véritable guide opérationnel, qui reprend les points clés du stage.
- Entraînement à partir des situations professionnelles.
- Une **hotline** disponible durant 1 mois à l'issue de la formation, afin que nos formateurs puissent répondre aux questions des participants !

Modalités d'évaluation

- En début de formation, des objectifs de progrès sont formulés par les participants, et repris en fin de formation pour évaluation.
- **Evaluation des acquis** : Selon le contenu de la formation suivie : quiz, exercices pratiques, mises en situation et jeux de rôles...
- **Evaluation de la satisfaction** : A chaud à l'issue du stage soit sur papier, soit par voie numérique.

A l'issue de la formation, le participant reçoit une attestation.

Date de mise à jour : Juin 2021

Pour tout renseignement, nous contacter :
aramis@aramis.fr / 02.51.80.41.10

aramis
FORMATION