

Mind Mapping

INFORMATIONS GÉNÉRALES

Type de formation : Formation continue

Éligible au CPF : Non

Domaine : Management du SI

Action collective : Non

Filière : Relations humaines

Rubrique : Communication

Code de formation : COM114

€ Tarifs

Prix public : 2050 €

Tarif & financement :

Nous vous accompagnons pour trouver la meilleure solution de financement parmi les suivantes :

- **Le plan de développement des compétences** de votre entreprise : rapprochez-vous de votre service RH.
- **Le dispositif FNE-Formation.**
- **L'OPCO** (opérateurs de compétences) de votre entreprise.
- **Pôle Emploi** sous réserve de l'acceptation de votre dossier par votre conseiller Pôle Emploi.
- **CPF -MonCompteFormation**

Contactez nous pour plus d'information

PRÉSENTATION

Objectifs & compétences

- Comprendre les principes et les éléments constitutifs d'une carte mentale
- Appréhender les effets positifs de l'utilisation d'une carte mentale sur son organisation quotidienne
- Développer l'esprit collaboratif de son équipe avec la carte mentale manuelle
- Construire une carte mentale à l'aide du logiciel Xmind

Public visé

Toutes les personnes désirant optimiser leur organisation professionnelle.

Pré-requis

Aucune

Lieux & Horaires

Campus : Ensemble des sites

Durée : 21 heures

Délai d'accès :

Jusqu'à 8 jours avant le début de la formation

Distanciel possible : Oui

PROGRAMME

Comprendre les fondements de la carte mentale

Appréhender les principes d'une carte mentale à partir de sa genèse.
Libérer ses processus mentaux se rapportant à la mémoire, au raisonnement, à la prise de décision et à l'attention.

Accepter la situation d'apprentissage pour acquérir le processus mental du changement.

Exercice Détecter ses aptitudes mentales face à ses tâches quotidiennes.

Construire des cartes mentales manuelles efficaces et stimulantes

Intégrer les méthodes d'élaboration de la carte mentale.

Concevoir sa carte mentale : respecter les principes généraux et ajouter sa "touche personnelle".

Distinguer les différents types de cartes mentales et identifier leurs efficacités respectives.

Prendre des notes à partir d'un texte, avec la méthode de la carte mentale.

Savoir lire une carte mentale.

Travaux pratiques

Elaboration de plusieurs cartes mentales manuelles en training individuel.

Mutualisation, débriefing et constat sur la pratique de chacun.

Utiliser la carte mentale pour augmenter votre productivité

Savoir par où commencer, vaincre le syndrome de la page blanche.

Développer l'intelligence collective : travailler à plusieurs avec une seule carte mentale.

Animer une réunion à plusieurs avec une carte mentale collective.

Faire une synthèse transmissible et favoriser la restitution sans notes.

Dresser un plan d'action et oser innover.

Mémoriser sans effort, rendre dynamique et vivante une prise de parole.

Travaux pratiques

En sous-groupe : réalisation d'une carte manuelle et utilisation comme support d'une présentation orale collective.

Débriefing individuel et collectif.

Réaliser des cartes mentales avec le logiciel XMind Panorama des différents logiciels d'élaboration de cartes mentales.

Découvrir XMind : les fondamentaux de la carte mentale

Prochaines sessions

Cliquez sur la date choisie pour vous inscrire :

■ 27 / 11 / 2024

📍 : Ensemble des sites

✓ : Distanciel possible

🕒 : 21 heures

📅 : 3 jours

■ 04 / 12 / 2024

📍 : Ensemble des sites

✓ : Distanciel possible

🕒 : 21 heures

📅 : 3 jours

Construire une carte mentale informatique : structure, thème, branches...
Mettre en forme une carte mentale : police, taille, couleurs, images, marqueurs...
Réorganiser et modifier une carte mentale déjà existante.

MODALITÉS

Modalités

Modalités : en présentiel, distanciel ou mixte – Horaires de 9H à 12H30 et de 14H à 17H30 soit 7H – Intra et Inter entreprise

Pédagogie : essentiellement participative et ludique, centrée sur l'expérience, l'immersion et la mise en pratique. Alternance d'apports théoriques et d'outils pratiques.

Ressources techniques et pédagogiques : Support de formation au format PDF ou PPT Ordinateur, vidéoprojecteur, Tableau blanc, Visioconférence : Cisco Webex / Teams / Zoom

Pendant la formation : mises en situation, autodiagnostic, travail individuel ou en sous-groupe sur des cas réels

Méthode

Fin de formation : entretien individuel

Satisfaction des participants : questionnaire de satisfaction réalisé en fin de formation

Assiduité : certificat de réalisation (validation des acquis)