

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

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

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

€ 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.

France Travail: sous réserve de l'acceptation de votre dossier par votre conseiller Pôle Emploi.

CPF -MonCompteFormation

Contactez nous pour plus d'information : contact@aston-institut.com

📍 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

📅 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

Jusqu'à 8 jours avant le début de la formation, sous condition d'un dossier d'inscription complet

Méthode

Fin de formation : entretien individuel.

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

Assiduité : certificat de réalisation.

Validations des acquis : grille d'évaluation des acquis établie par le formateur en fin de formation.