Optimiser ses capacités d'analyse et d'organisation avec le mind mapping

2 j (14 heures) Ref : EPMM

Public

Toute personne souhaitant développer et renforcer ses capacités intellectuelles, améliorer sa créativité, organiser ses idées et communiquer plus efficacement

Pré-requis

Utilisation courante des outils bureautiques

Moyens pédagogiques

Formation réalisée en présentiel ou à distance selon la formule retenue
Questionnaire préalable de positionnement
Nombreux exercices pratiques et mises en situation, échanges basés sur la pratique professionnelle des participants et du formateur, formation progressive en mode participatif
Vidéoprojecteur, support de cours fourni à chaque stagiaire

Modalités de suivi et d'évaluation

Feuille de présence émargée par demi-journée par les stagiaires et le formateur
Exercices de mise en pratique ou quiz de connaissances tout au long de la formation permettant de mesurer la progression des stagiaires
Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de stage
Auto-évaluation des acquis de la formation par les stagiaires
Attestation de fin de formation

Le mindmap est un outil visuel d'organisation des idées et de l'information qui permet de focaliser sur des détails tout en gardant une vision globale du sujet. Cette carte peut être faite à la main ou avec un logiciel. C'est l'un de ces outils innovants adaptés aussi bien au travail individuel, qu'au travail collectif.
A la fin de la formation, vous saurez créer vos propres cartes et restituer vos comptes-rendus de réunion, présenter vos idées et vos projets, améliorer vos processus d'apprentissage, illustrer vos propos ou ceux des autres de façon claire et plaisante !

Objectifs

Découvrir une nouvelle technique pour améliorer ses facultés d'organisation
Savoir organiser ses idées avec des cartes mentales
Explorer les différents cas d'application de cette technique
Prendre en main des logiciels de cartographies (Freemind, Xmind)
Présenter une carte

Programme détaillé

QU’EST-CE QUE LE MIND MAPPING ?

La théorie de la pensée irradiante

Pourquoi cette technique nous permet de nous améliorer

Les applications et les enjeux de la carte mentale

Les composantes d'une carte : cœur, branches, nuages, mots, images….

Savoir lire une carte

Le mind mapping, outil de brainstorming

STRUCTURER ET COMPOSER UNE CARTE MENTALE : DE LA METHODOLOGIE A LA PRATIQUE

La démarche de création de la carte : la méthode PERERV : préparer, évoquer, ramifier, examiner, réorganiser, visionner

DE LA CARTE PAPIER A LA CARTE INFORMATIQUE : LA DECOUVERTE DE FREEMIND

Organisation de l'écran

Créer sa première carte :

- déployer des branches,
- déplacer des nœuds,
- naviguer dans sa carte

Travailler et modifier sa carte :

- ajouter des branches ou des nœuds,
- réorganiser les idées,

Exporter et imprimer sa carte : interopérabilité vers les outils bureautiques courants

DE FREEMIND A XMIND

De l’intérêt de manipuler plusieurs outils de mapping

Découverte des principes fondamentaux de Xmind

Explorer les possibilités graphiques de Xmind

- Jeux de structure de carte
- Jeux de mise en forme (traits, couleurs, nuages...),
- Intégrer des icônes, des images, des liens hypertextes...