

Formation

# Structurer et clarifier ses idées avec la carte mentale

Durée : 2 jours (14h heures)

Tarif inter : 1435 € HT

Collation et déjeuner offerts

Intra et sur-mesure : nous consulter

## Public

Managers, cadres et chefs de projet. Commerciaux et professionnels de la communication. Toute personne souhaitant améliorer son organisation et sa créativité.

## Prérequis

Aucun

## Programme de la formation

### 1. Introduction au mind mapping

Définition et origines de la carte mentale. Pourquoi et comment fonctionne le mind mapping ? Les avantages du mind mapping en milieu professionnel.

### 2. Les principes fondamentaux de la carte mentale

Les règles de base : organisation, couleurs, images et mots-clés. Comprendre la structure radiale et hiérarchique. Présentation d'exemples concrets d'utilisation.

### 3. Construction d'une carte mentale

Choisir un sujet et structurer une carte mentale. Utilisation d'outils numériques pour le mind mapping (XMind, MindMeister, etc.).

### 4. Applications professionnelles du mind mapping

Prise de notes et synthèse d'informations. Préparation et animation de réunions. Organisation de projets et gestion du temps. Développement de la créativité et résolution de problèmes.

## Objectifs

- Comprendre les principes et les bénéfices du mind mapping.

- Savoir structurer ses idées et informations de manière visuelle et efficace.
- Améliorer sa capacité à organiser et à synthétiser des données.
- Utiliser la carte mentale pour mieux communiquer et prendre des décisions.
- Appliquer cette technique à des situations professionnelles concrètes

## Modalités pédagogiques

- Exercices pratiques : création d'une carte mentale individuelle.
- Partage d'expériences et échanges sur les meilleures pratiques.
- Plan d'action personnel : intégration de la carte mentale dans son quotidien professionnel.
- Réalisation d'une carte mentale appliquée à un besoin professionnel.

## Modalités d'évaluation

- Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen d'auto-évaluation, de QCM, mises en situation, travaux pratiques...
- Évaluation dès la fin de la formation, pour mesurer votre satisfaction et votre perception de l'évolution de vos compétences par rapport aux objectifs de la formation.  
Avec votre accord, votre note globale et vos verbatims seront publiés sur notre site.
- Suivi des présences et remise d'une attestation individuelle de formation.

## Prochaines sessions inter

### Paris

26-27 mai 2025

12-13 juin 2025

29-30 septembre 2025

9-10 octobre 2025

24-25 novembre 2025

15-16 décembre 2025

### Autres localités

A voir sur notre site : <https://www.devop.pro/formations/structurer-et-clarifier-ses-idees-avec-la-carte-mentale>