

## Objectifs

- Être synthétique
- Améliorer sa mémoire
- Mieux s'organiser
- Mieux réfléchir

## Pour qui ?

Tout collaborateur désirant optimiser son organisation professionnelle.

## Prérequis

Cette formation est accessible sans condition particulière.

## Axes de travail de la formation

### 1. Découvrir le potentiel de notre cerveau

- Comprendre les deux axes de notre Cerveau
- Découvrir son potentiel créatif avec la carte mentale

### 2. Distinguer Carte mentale et carte conceptuelle

- Repérer les différences et les avantages des 3 méthodes
- Les principes de base de la carte mentale : pictogrammes et arborescence
- Les utilisations de la carte mentale en entreprise

### 3. Préparer et animer une réunion avec la carte mentale

- Élaborer un ordre du jour
- Animer une réunion
- S'entraîner à la prise de note en réunion

### 4. Rédiger une synthèse avec la carte mentale

- Appréhender la technique de l'écremage pour préparer sa synthèse
- S'entraîner à la synthèse mono ouvrage ou multi supports

### 5. Préparer et animer un brainstorming performant

- Connaître les étapes et conditions de succès
- Appliquer la carte à la prise de décision avec la méthode « PMI »

### 6. Identifier Les autres utilisations personnelles ou professionnelles de la carte mentale

- Planning de journée
- Carte postale !
- Liste de tâches hebdomadaires
- Messages à ses collaborateurs / entourages
- Trombinoscope de son équipe
- CV

### 7. Combiner sketchnote et carte mentale en cas de contenu complexe

- Définir le sketchnote
- Se préparer une galerie de pictogrammes
- Connecter et dessiner sans complexe

Consulter cette formation en ligne : <https://www.devop.pro/formation/formation-mind-mapping.html>

Vous avez une question, contactez-nous au 01 70 38 21 10 ou via notre [formulaire de demande rapide](#)

- Donner du sens et mémoriser plus facilement

## Méthode d'animation

Détection de ses aptitudes mentales face à ses tâches quotidiennes.  
Élaboration de plusieurs cartes mentales manuelles en training individuel.