Mind mapping et efficacité professionnelle

Date et durée

Code formation : MGMT21FR
Durée : 2 jours
Nombre d'heures : 14 heures

Description

Développez votre efficacité personnelle et collective grâce au Mind mapping.
Le mind mapping ou encore dénommé carte mentale ou carte heuristique est une nouvelle approche qui permet de développer la capacité individuelle ou collective à générer des idées, à organiser les informations, à prendre des décisions, à mémoriser, à gérer les projets et les tâches… Il s'agit d'un outil de travail clé pour augmenter sa performance et rentrer dans une démarche positive avec ses collaborateurs tout en gagnant en créativité.
Bref, l'utilisation d'une carte mentale est un excellent outil de synthèse qui permet à tout professionnel d'accroître son efficacité quel que soit le sujet. Et les logiciels de mind mapping vous permettront d'aller encore plus loin grâce à des outils complémentaires, notamment pour la récolte des informations.
NB: L'usage fluide d'un ordinateur est cependant recommandé pour la partie logicielle, même si celle-ci n'est pas centrale dans le déroulé de formation.

Objectifs

- S'approprier le fonctionnement et les techniques du Mind Mapping.
- Maîtriser les techniques de construction d'une carte mentale
- Améliorer votre efficacité au travail grâce à une prise de notes plus efficace, une meilleure mémorisation des informations et une amélioration de votre vue d'ensemble des projets, des tâches à faire et des problèmes à résoudre, etc.
- Augmenter votre créativité et votre capacité à préparer des présentations, des réunions, des projets, etc.
- Le Mind Mapping informatique : construire une carte mentale à l'aide d'un logiciel informatique

Pré-requis

Aucun prérequis n'est nécessaire pour participer à cette formation.

Public

Toute personne qui souhaite améliorer son efficacité en communication opérationnelle et en gestion des informations et des idées.

Cette formation s'adresse aux profils suivants

Chef d'équipe / Superviseur
Responsable Formation
Gestionnaire de personnel
Responsable / Directeur des ressources humaines (RH)
Manager

Programme

1. **Fondamentaux du mind mapping et premières applications**
    - Initiation aux principes de la carte (mind mapping)
    - Lire une carte mentale
    - Concevoir une carte : les principes, les règles et une touche de fantaisie
    - Créativité et résolution de problèmes
    - Concevoir des pictogrammes
    - Questionner efficacement le problème
    - La préparation, clé de l’efficacité
    - Concentration et attention
    - Qu'est-ce qu'une idée?
    - Comment mémoriser facilement et longtemps
    - Apprendre rapidement et beaucoup avec l’utilisation d’une carte mentale
    - Réactiver facilement son savoir grâce au Mind Mapping

2. **Applications concrètes du Mind Mapping (manuel et logiciel)**
    - Comment réaliser une carte selon les règles de l’art ?
        1. Choisir le coeur de carte
        2. Organiser les branches
        3. Utiliser couleurs et illustrations à bon escient
        4. Quelles sont les erreurs courantes à éviter ?
    - Appliquer le Mind Mapping à la prise de notes
    - Appliquer le Mind Mapping à la préparation et à l’animation d’une réunion
    - Appliquer le Mind Mapping au pilotage de projet
    - Prendre en main un logiciel de Mind Mapping
        1. Comment choisir son logiciel de Mind Mapping (iMindMap, Mindjet, XMind, Freemind, Novamind)
        2. Prise en main d'un logiciel de Mind Mapping (Freemind)
        3. Principes et règles communes à tous les logiciels de Mind Mapping
        4. Applications en ligne, usages collaboratifs
    - Expérimenter l'usage de la carte en équipe (tableau blanc et logiciel)

3. **Travaux pratiques**

De nombreux travaux pratiques vous permettront de mettre en application le cours : vous réaliserez des cartes mentales manuelles (papier/crayon) sur feuilles A4, paperboard et tableau blanc. Vous préparerez et animerez une mini-conférence à l'aide de cartes. Vous apprendrez à utiliser un logiciel de mind mapping (Freemind) dans le cadre d'une réunion, vous expérimenterez la prise de note en conférence et enfin, vous participerez à l'animation d'un groupe de travail avec des cartes heuristiques.