

# MIND MAPPING ORGANISER SES IDEES AVEC LA CARTE HEURISTIQUE

par Emilie NAVARRE-VUITON

## FORMATEUR/TRICE

---

Depuis la création d'Arpèges Formation, je n'ai de cesse de partager ma passion pour le travail en équipe ainsi que ma vision du monde de l'entreprise : un lieu où l'on peut faire rimer bien être et efficacité, où chaque individualité est une pépite à tailler, où la confiance, l'autonomie et le droit à l'erreur sont les clés de la performance collective.

Depuis les débuts d'Arpèges Formation, je n'ai pas cessé de me former afin d'enrichir mes contenus et mes accompagnements :

- Formation à la systémie paradoxale de Palo Alto
- Formation à l'animation de groupes de codéveloppement
- Formation à la Communication Non Violente (niveaux 1, 2 et 3)
- Formation Élément Humain
- DU de coaching IAE de Toulouse
- Formatrice agréée Mind Mapping

## OBJECTIFS, BENEFICES

---

Apprendre à utiliser autrement un outil fabuleux : VOTRE CERVEAU

Développer sa créativité au service de l'efficacité

Découvrir une autre façon d'apprendre, de mémoriser, de travailler et de manager en utilisant des moyens différents et innovants

## CONTENU, PROGRAMME

---

### 1er jour :

Cerveau droit ou gauche : Comment persuader en utilisant nos 2 cerveaux ? Les mots ne sont pas tout. 7 étapes pour manager autrement. Ces étapes seront vues en utilisant une approche différentielle, cerveau droit et cerveau gauche.

#### Les rythmes de notre mémoire :

- Savoir apprendre avec des pauses
- Savoir renforcer
- Retenir l'information au quotidien
- La chambre romaine
- Les crochets de mémoire
- Les mots images alphabétiques
- Mémoriser à long terme
- Une langue
- Des codes
- De nouvelles informations\*des données complexes

#### Prendre des notes efficaces avec le Mind mapping :

- Organiser les informations
- Distinguer l'essentiel de l'accessoire
- Rester plus attentif et concentré grâce à ce type de prise de note
- Organiser et planifier son temps avec le Mind mapping
- Organiser et gérer ses priorités
- Articuler les priorités entre elles pour une meilleure visibilité et efficacité
- Faciliter et rendre plus rapide la prise de décision

#### Créer et gérer des projets :

- Utilisation de la méthode avec papier crayon et/ou informatique
- La gestion de projets à court et moyen terme
- Créer des plans d'action mobilisateurs et des présentations impactantes

### 2ème jour :

#### Faciliter le travail collaboratif avec le Mind Mapping :

- Comment vivre un entretien, manager un projet ou une réunion par l'utilisation du mind mapping et ainsi favoriser l'apprentissage de nouvelles données, l'organisation des idées,
- Une meilleure présentation des sources documentaires.

## METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

---

- Méthode d'animation interactive.
- Utilisation de supports vidéo par le formateur.
- Toutes les séquences débutent par la réalisation d'une expérience.
- Cette expérience est ensuite débriefée pour en faire émerger le concept sous-jacent.
- Chaque participant valide ainsi les fondamentaux de la méthode par lui-même.

## PRE-REQUIS

---

Toute personne chargée de l'encadrement.

