

MIND MAPPING

par Emmanuel DIAIS

Public concerné

- Toute personne qui souhaite optimiser la gestion de son temps
- Développer son efficacité personnelle et professionnelle
- Augmenter sa capacité à mémoriser
- Animer des réunions opérationnelles et claires
- Faciliter ses échanges professionnels en interne ou en clientèle

Points forts de la formation :

- Un environnement de formation au plus proche du réel : des cas pratiques issus d'exemples liés aux produits et services que vendent les participants.
- Des vidéos permettent de repérer les bonnes pratiques et de corriger les erreurs.
- Des moments d'improvisation pour prendre conscience des talents de chacun et pas seulement des points faibles.
- L'exploitation en permanence des cartes mentales ou minds maps qui permettront d'apprendre d'une façon ludique et très efficace.
- L'utilisation de supports originaux sur la mémoire : la carte CIM. Des supports pratiques téléchargeables sur un «cloud» (environ 3 Go) où vous trouverez tous les supports y compris quizz, vidéos, exercices

FORMATEUR/TRICE

Emmanuel DIAIS a un Master en psychologie du travail. Il est consultant-formateur depuis 16 ans dans le Mind Mapping et la mémoire. Utilisateur et créateur d'outils originaux qui permettent de développer la mémoire, il forme chaque année 2 000 apprenants dans ce domaine.

OBJECTIFS, BÉNÉFICES

Objectifs pédagogiques :

- Apprendre à utiliser autrement un outil fabuleux : votre cerveau:
- Développer votre capacité à mémoriser et votre créativité et surtout votre efficacité au cours des réunions, des projets ou des prises de notes.
- Maîtriser la conception d'un Mind Mapping© en équipe

- Clarifier et organiser les idées, favoriser la créativité et la réflexion au sein d'un groupe
- Découvrir une autre façon d'apprendre et de travailler au quotidien en utilisant des moyens différents, ludiques et innovants

Conséquences :

A l'issue de cette formation, vous serez à même de:

- Mémoriser une liste de 20 mots en moins de 5 mn. Être capable d'utiliser les techniques de mémorisation pour retenir les noms de vos interlocuteurs et de façon durable des données chiffrées ou des dates.
- Maîtriser les techniques de construction d'une carte mentale
- Développer votre efficacité au travail par la carte mentale
- Prendre des notes ou de structurer vos idées et vos projets d'une façon plus claire.
- Gagner du temps dans les réunions, les exposés, les comptes rendus et dans votre façon d'apprendre.

CONTENU, PROGRAMME

1er JOUR, MATIN

- Cerveau droit ou gauche. Comment mieux communiquer en utilisant la synergie de nos 2 hémisphères cérébraux ? Les mots ne sont pas tout!
- Les attitudes mentales face à l'apprentissage. Changer les idées de contrainte et d'effort pour découvrir une mémoire ludique et étonnante par sa force et sa simplicité d'utilisation.

Mise en situation

- Training sur la méthode sur la chambre romaine et les crochets de mémoire.

Mise en situation

- Mémoriser 14 prénoms et noms propres en 30 minutes grâce à la carte CIM.

1er JOUR, APRES-MIDI

Construire des cartes mentales efficaces et stimulantes:

- Le cœur de la mind map, les branches, les couleurs, les symboles