

# Mind mapping : un outil extrêmement efficace d'extraction et de mémorisation des informations

EFFICACITÉ PROFESSIONNELLE >> Méthodologie

## Objectifs

*Que l'on soit amené à bâtir des projets en équipe, présenter des résultats en réunion, prendre des notes ou simplement s'organiser, il convient d'être non seulement organisé mais efficace afin de gagner en clarté et en rapidité.*

*Cette formation a pour objectif de favoriser la mémorisation, l'organisation et la planification tout en stimulant la créativité en acquérant un outil immédiatement utilisable dans un contexte professionnel et dans de multiples domaines d'application tels que l'animation de réunion, la planification de projet...*

## Vous allez apprendre à

### ? Accueil et présentation du programme

#### **Notre cerveau, notre meilleur outil**

La théorie des deux hémisphères  
Spécificités des cerveaux gauche et droit  
La pensée par analogie et la mémoire  
La pensée heuristique

#### **Fonctionnement du mind mapping**

Les mots clés  
Les catégories et hiérarchies de mots  
L'illustration visuelle  
Les avantages du mind mapping

#### **Les principes d'utilisation**

L'image centrale  
Le tracé de la carte  
Les techniques de la mise en exergue  
L'usage des couleurs, symboles et autres codes d'association  
Le classement  
Les écueils du mind mapping

#### **Trucs et astuces pour la mise en application**

La préparation mentale  
Les outils de travail  
L'environnement de travail  
Le réexamen des mind maps

#### **Les différents usages du mind mapping**

De l'application aux champs de la vie privée à ceux de l'activité professionnelle

#### **?Nombreuses exercices d'application - Forte interactivité**

#### **?Bilan de la formation et évaluation**

1 jour

Déroulement programme	Public	Pré requis
<p>Apports théoriques et pratiques, nombreuses exercices d'application - Forte interactivité</p> <p>Support de cours formation mind mapping</p>	<p>Toute personne souhaitant développer ses capacités d'organisation et de mémorisation au service de son activité professionnelle.</p>	<p>Aucun pré-requis nécessaire pour suivre la formation Mind Mapping</p>

Modalité d'évaluation	Suivi de l'action et appréciation des résultats
<p>Test</p> <p>Question écrites</p>	<p>Attestation de formation</p> <p>Avis client</p>

Délai d'accès	Tarifs
<p>Compris entre 15 jours et 2 mois en fonction de la disponibilité de nos formateurs et des salles.</p>	<p>Les tarifs sont consultables sur notre site : <a href="http://www.csinfoformation.com">www.csinfoformation.com</a> pour les prix publics.</p>



Si vous êtes en situation d'handicap, nous sommes à votre écoute afin d'étudier les adaptations possibles à cette formation.



Plan d'accès ou modalités de visio transmis lors de la convocation.

#### CSINFO FORMATION

89 route de la Noue  
Port de Limay  
78520 LIMAY  
01.76.21.68.40 / 01.34.77.81.20  
[service-formation@cs-info.com](mailto:service-formation@cs-info.com)

