

GAGNER EN EFFICACITE ET ORGANISER SON TEMPS ET SES PRIORITES AVEC LE MIND MAPPING

OBJECTIFS

- Identifier les techniques d'élaboration d'une carte ;
- Appliquer les techniques d'élaboration d'une carte pour présenter, analyser un sujet/un projet
- Mettre en œuvre les techniques de Mind-Mapping pour organiser son temps et la gestion de ses priorités

CONTENU

Les bases du mind mapping

- Identifier les éléments clés d'une carte
- Créer ses mots clés, ses pictogrammes
- Structurer l'information : extraire et hiérarchiser les concepts clés
- Sélectionner l'idée-force pertinente
- Représenter l'information sous forme de carte

L'organisation de ses tâches avec le mind mapping

- Lister les tâches d'un projet, d'une procédure
- Mettre des priorités
- Suivre ses actions

La préparation et la présentation d'un sujet avec le mind mapping

- Organiser une présentation structurée
- Se présenter et/ou présenter un projet

La prise de note en entretien avec le mind mapping

- Prendre des notes rapidement à partir d'un discours, d'un texte
- Structurer l'information
- Utiliser les pictogrammes, les couleurs pour faciliter la lecture et la mémorisation

METHODES PEDAGOGIQUES ET OUTILS D'EVALUATION

Méthode participative, active avec des exercices ludiques permettant à chaque participant de s'impliquer, d'apprendre et d'expérimenter sur ses propres projets.

Evaluation formative tout au long de la formation à travers la réalisation de mise en situation sur les thèmes et sujets de chaque participant.

PUBLIC ET PRE-REQUIS

Toute personne souhaitant organiser ses pensées, son temps et accroître son efficacité dans différentes situations professionnelles. Aucun pré requis

EFFECTIF

- De 2 à 8 personnes

■■■■■■■■■■
Siège social 144 Rue Paul Bellamy – CS 12417 – 44024 NANTES Cedex 1
Tél. : 02 51 84 95 55 • Fax : 02 51 84 95 59 • E.mail : contact@cadresenmission.com
SAS au capital de 50 000 € - SIRET 825 098 072 00010

Numéro d'enregistrement de formation : 52 44 07940 44auprès du Préfet de la Région Pays de la Loire. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

