

Formation : Mind Mapping® : organiser ses idées avec créativité

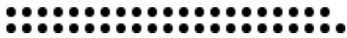
⌚ 2 jours - 14 heures | 📺 présentiel (inter-entreprise) ou à distance

BEST

Petit déjeuner d'accueil et déjeuner offerts

📄 Réf
11035

à partir de
1 450 € HT



OBJECTIFS

- Construire des cartes mentales efficaces et stimulantes
- Développer les capacités de sa mémoire sans effort
- Utiliser le Mind Mapping® pour dynamiser ses réunions et ses prises de parole

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Méthode simple et ludique pour structurer efficacement sa pensée.
- Exercices focus spécifiques en fonction des besoins des participants.
- Test de préférence cérébral.
- Construction de cartes mentales.

PRÉ-REQUIS

- Les participants sont invités à préparer 2 cas sur lesquels ils souhaitent travailler lors de la formation

SUIVI ET ÉVALUATION DES ACQUIS

- Autopositionnement en amont et évaluation des acquis en aval
- Distanciel : contenu et durée identique + pédagogie adaptée + assistance technique 5j/7

POUR QUEL PUBLIC ?

- Toute personne désireuse de savoir organiser sa pensée dans de multiples circonstances (prise de notes, conduite de projet, gestion du temps, animation de réunion,...)

LES PLUS

- Déclinable en format individuel, intra-entreprise et sur-mesure



Programme détaillé

Découvrir sa préférence cérébrale pour gagner en efficacité

- Comprendre le fonctionnement du cerveau et savoir en utiliser toutes les possibilités
- Expérimenter les aptitudes et stimuler les deux hémisphères du cerveau
- Identifier les difficultés d'apprentissage des méthodes traditionnelles
- Appréhender les processus d'organisation de l'information

Autodiagnostic : identifier sa préférence cérébrale et travailler efficacement avec ses 2 hémisphères pour adopter des comportements plus efficaces

Élaborer une carte mentale et mettre le Mind Mapping® au service de ses objectifs

- Gérer l'information efficacement en les organisant de façon appropriée avec le Mind Mapping®
- Pratiquer l'écoute sélective et savoir recueillir, sélectionner et organiser des informations orales ou écrites
- Se défaire du réflexe du mot à mot, au profit d'une logique de mot-clé
- Maîtriser la prise en note sélective sous la forme d'un schéma arborescent : cartographier l'information
- Développer son esprit de synthèse

Cas pratique : construire des cartes mentales efficaces

Clarifier et structurer ses idées en résolution de problèmes

- Pratiquer un questionnement de qualité
- Clarifier des situations floues et faire émerger de l'intelligibilité
- Collecter et s'approprier de l'information rapidement tout en conservant une attention optimale
- Conserver une vision globale tout en captant du détail

Cas pratique : mettre en forme un brainstorming avec le Mind Mapping®

Gagner en temps et en impact grâce au Mind Mapping®

- Organiser un projet, une réunion, un événement
- Prendre des notes et rédiger rapidement ses comptes-rendus
- Démultiplier sa capacité de mémoire
- Apprendre facilement et rapidement
- Faire des restitutions claires et impactantes

Cas pratique : s'entraîner au Mind Mapping au quotidien : prise de notes, conduite de projet, gestion du temps, animation de réunion, présentation...

Intervenant



Emilie D.

Formatrice en efficacité professionnelle et en développement personnel

Liste des sessions

Inscription possible 48h avant la formation. Au-delà, vous pouvez contacter notre Service Clients pour vous assurer de la disponibilité : info@comundi.fr.

 Du 23 au 24 juin 2025	A distance	1 450 € HT
 Du 10 au 11 juillet 2025	A distance	1 450 € HT
 Du 13 au 14 octobre 2025	Paris	1 550 € HT
 Du 01 au 02 décembre 2025	Paris	1 550 € HT

Ce produit est proposé en intra-entreprise, sur-mesure ou en individuel.

Vous êtes intéressé ?
Contactez-nous

intra@comundi.fr

**Vous souhaitez
vous inscrire ?**



Rendez-vous sur le site
www.comundi.fr

Retrouvez le programme de la formation en indiquant la
référence dans le moteur de recherche : [11035](#)