

Organisation et gestion du temps

Mind Mapping - Carte mentale

1 jour (7 heures) | ★★★★★ 4,6/5 | DPGT-MAP | Évaluation qualitative de fin de stage |
Formation délivrée en présentiel ou distanciel ⁽¹⁾

Formations Management > Efficacité personnelle et professionnelle > Organisation et gestion du temps



À l'issue de ce stage vous serez capable de :

- Doper votre créativité
- Démultiplier vos idées
- Synthétiser la réflexion d'un groupe de travail
- Gérer votre temps personnel et collectif
- Fluidifier l'avancement de vos projets
- Simplifier vos prises de notes en réunion
- Faciliter la rédaction de vos comptes rendus professionnels.

Niveau requis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis.

Public concerné

Toute personne souhaitant améliorer ses capacités de mémorisation et d'organisation.

Cette formation :

- Est animée par un consultant-formateur dont les compétences techniques, professionnelles et pédagogiques ont été validées par des diplômes et/ou testées et approuvées par l'éditeur et/ou par M2i Formation
- Bénéficie d'un suivi de son exécution par une feuille de présence émargée par demi-journée par les stagiaires et le formateur.

(1) Modalité et moyens pédagogique :

Formation délivrée en présentiel ou distanciel * (e-learning, classe virtuelle, présentiel à distance). Le formateur alterne entre méthodes ** démonstrative, interrogative et active (via des travaux pratiques et/ou des mises en situation). La validation des acquis peut se faire via des études de cas, des quiz et/ou une certification.

Les moyens pédagogiques mis en oeuvre (variables suivant les formations) sont : ordinateurs Mac ou PC (sauf pour les cours de l'offre Management), connexion internet fibre, tableau blanc ou paperboard, vidéoprojecteur ou écran tactile interactif (pour le distanciel). Environnements de formation installés sur les postes de travail ou en ligne. Supports de cours et exercices.

* Nous consulter pour la faisabilité en distanciel. ** Ratio variable selon le cours suivi.

Programme

Introduction

- Présentation de chacun
- Attentes et objectifs visés de chaque participant
- Présentation de la formation

Comprendre les principes de base du Mind Mapping

- Le concept et les quelques règles de base
- Le principe fondamental : un temps pour créer, un temps pour organiser
- Les enjeux de l'outil : simplicité, lisibilité, attractivité

S'initier à la construction d'une carte mentale

- Présentation de la technique et de son côté ludique
- Les connecteurs sémantiques pour doper ses cartes mentales
- L'utilisation des mots-clés, des symboles, des couleurs
- Le champ des possibles dans un contexte professionnel
- Le recours aux illustrations, émoticônes et photos

Appliquer le Mind Mapping au pilotage des projets

- Identifier les besoins de toutes les parties prenantes
- Trouver des solutions innovantes et stimuler la créativité
- Clarifier les objectifs d'un projet
- Gérer la documentation projet
- Structurer un cahier des charges
- Mieux communiquer en réunion projet
- Séquencer et planifier un projet

Appliquer le Mind Mapping à la prise de notes en réunion

- La prise de notes en réunion : difficultés et enjeux
- Savoir capter l'information strictement utile
- Les apports de la prise de notes heuristique
- Savoir réutiliser ses notes pour la rédaction d'un compte rendu
- 10% des mots sont porteurs de sens

Mieux gérer son temps et son organisation grâce au Mind Mapping

- Mémoriser plus facilement les tâches à réaliser
- Avoir une vision claire de son activité à la semaine, au mois ou à l'année
- Distinguer visuellement l'urgent de l'important
- Planifier sa journée sous forme de carte mentale
- Gérer les "to do list" sous forme heuristique

Travailler efficacement en équipe

- Partager des objectifs de travail
- Inventorier les causes de dysfonctionnement d'une activité
- Dégager des priorités
- Elargir le spectre des solutions envisageables
- Prendre en compte les contraintes de chacun
- Prendre des décisions en obtenant le consensus
- Définir une méthodologie de travail

Synthèse de la session

- Réflexion sur les applications concrètes que chacun peut mettre en oeuvre dans son environnement
- Conseils personnalisés donnés par l'animateur à chaque participant
- Bilan oral et évaluation à chaud

Les + de la formation

Cette formation est dotée d'un outil de pédagogie interactif. Cet outil digital et novateur permet d'accroître l'ancrage mémoriel. Actif et impliquant, il permet de stimuler et d'interagir avec le groupe. Nos formateurs sont formés à cette andragogie.