



Neuro Active

Structurer sa pensée avec des cartes mentales

La formation « Structurer sa pensée avec des cartes mentales » vous permettra de développer une méthode visuelle et efficace pour organiser vos idées. Le programme est donné à titre indicatif et sera adapté à vos besoins et votre niveau après audit. N'hésitez pas à nous contacter pour toute demande spécifique.

Pré-requis

Aucun

Public concerné

Toute personne souhaitant acquérir les méthodes du Mindmapping pour organiser ses idées

Contenu de la formation

Introduction

XMind

Définition

Les concepts clés et les règles de base

Les intérêts

Construire une carte mentale

Le cœur

Les différents éléments de la carte

Les différents types de cartes mentales

Prendre des notes à l'aide d'une carte mentale

Lire une carte mentale

Mise en application

Présentation de la technique

Utilisation de couleurs, d'icônes, d'images

Les possibilités dans le cadre professionnel

Création d'une carte en Brainstorming

Découvrir un logiciel dédié

Créer une carte

Modifier une carte mentale

La mettre en forme

Exporter sa carte

Prendre des notes, structurer un écrit

Des cartes réutilisables : créer un modèle

Construire un plan

Utiliser la documentation

Rédiger un texte, exporter

Partager une carte, communiquer à partir de cette carte

Améliorer visuellement la carte pour l'exposer : couleurs, lignes, styles

Naviguer et filtrer les informations de façon à communiquer à partir des points essentiels

Partager une carte dans le cadre d'un travail en collaboration