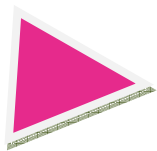




Meras-Network est certifié QUALIOPFI et enregistré au Datadock.



Programme « Mind Mapping® pour organiser & structurer ses idées » + Logiciel XMIND®

3 jours – 21 heures

Inter et Pack Intra – 8 participants maximum

POUR QUI ?

Toute personne désireuse d'organiser sa pensée, ses notes,... avec une technique novatrice et originale

PRE REQUIS : aucun

NOS +

S'approprier les trucs et astuces de la prise de notes simplifiée MERAS® (*terminaisons, abréviations...*) et savoir les combiner avec le Mind Map® pour une efficacité optimale

Maîtrise du logiciel XMIND

> OBJECTIF :

Découvrir un nouveau concept d'organisation et de structure de nos idées, de nos pensées et de nos réflexions : le **MIND MAPPING®** (*Global Map®, schéma arborescent ou carte mentale*). En tirer le meilleur parti en utilisant uniquement des mots clé sous une forme arborescente

Etre efficace en toutes circonstances avec la technique du MIND MAP® tant manuellement qu'informatiquement (Logiciel XMIND®)

> PROGRAMME

■ Adopter des comportements gain de temps

- Comprendre notre cerveau, cet outil formidable, et savoir pourquoi il est en difficulté face aux méthodes d'apprentissage classique
- Découvrir sa préférence cérébrale
- Communiquer efficacement avec ses 2 hémisphères cérébraux
- Pratiquer l'écoute sélective et savoir recueillir, sélectionner et organiser des informations orales
- Développer un esprit de synthèse et avoir une pensée créative
- Comprendre le fonctionnement du **MIND MAP®** par associations d'idées et le mettre au service de son objectif

■ **Mise en pratique intensive** des techniques avec des supports audio et vidéo afin de maîtriser le Mind Map® en toutes circonstances (*prise de parole, prise de notes, gestion de projet, gestion du temps, team-building, ...*)

▪ **Réaliser des cartes mentales avec le logiciel XMind**

- Panorama des différents logiciels d'élaboration de cartes mentales
- Découvrir XMind : les fondamentaux de la carte mentale
- Construire une carte mentale informatique : structure, thème, branches...
Mettre en forme une carte mentale : police, taille, couleurs, images, marqueurs...
- Réorganiser et modifier une carte mentale déjà existante

> **VALIDATION DE LA FORMATION** : Remise d'une attestation de formation

Modalités d'évaluation :

- Questionnaire d'évaluation et bilan établis avant le début de stage pour chaque stagiaire
- Critères identiques pour l'évaluation de fin de formation.
- Bilan de fin de stage pour constater l'évolution de chaque stagiaire en fonction de ses capacités

Notre évaluation est basée sur les critères suivants :

- Evaluation des compétences tout au long de la formation au travers de tests et de mises en situation pratiques

> **MATERIEL PEDAGOGIQUE** : alternance de théorie & de mise en pratique (*jeux de rôle, vidéo-projection*)

> **ANIMATEURS** : : Expert en Mind Mapping

> **DELAI D'ACCES** : 1 mois



> **ACCESSIBILITE** : nous contacter

> **LIEU** : nous contacter

> **DATES** : nous contacter

> **TARIF** : indiqué sur notre page « Formations »