



MIEUX ORGANISER SES IDEES ET SES ACTIVITES (Mind Mapping Digital Niveau 1) par SIGNOS

FORMATEURS : SIGNOS : Patrick NEVEU Patrick est cofondateur de la société Signos qui œuvre depuis plus de 10 ans dans le Management Visuel et le Mind Mapping professionnel. Il maîtrise l'ensemble des postures pour aider les individus et les organisations à développer leurs compétences. Il anime l'ensemble des niveaux de formations de Mind Mapping, des niveaux praticiens aux niveaux experts. Il est également coach de dirigeants et facilitateur d'équipes dirigeantes. Patrick est un ancien responsable pédagogique pour les métiers du social et de l'insertion.

L'équipe SIGNOS est aussi composée de **Franco MASUCCI** et **Carolina VINCENZONI**.

OBJECTIFS

- Identifier comment structurer et organiser ses idées et permettre de clarifier sa vision stratégique
- Identifier comment gérer son temps et ses priorités pour être un.e dirigeant.e plus performant.e
- Pratiquer le mind mapping pour présenter ses idées et être plus impactant dans ses prises de parole

PROGRAMME

Jour 1 – Matin

Comprendre les fondamentaux du Mind Mapping :

- Définition du Mind Mapping
- Mind Mapping le couteau suisse de la pensée
- Pourquoi ça marche ? : preuve par les sciences, preuve par les statistiques.
- Conseils techniques et cognitifs pour réaliser une carte efficace

Jour 1 - Après-midi

Organiser et clarifier ses idées :

- Organiser l'ensemble de ses idées au quotidien
- Analyser et synthétiser des documents
- Organiser ses idées avec un logiciel de Mind Mapping gratuit
- Prendre la parole en public à l'aide d'un support Mind Mapping

Jour 2 - Matinée

Prendre des notes efficaces :

- Prendre des notes à la main (en réunion, conférence, formation ...)
- Prendre des notes au logiciel (en réunion, conférence, formation ...)
- Conseils pour relire ses notes facilement et efficacement
- Conseils pour mémoriser à long terme

Jour 2 - Après-midi

Mieux piloter et suivre ses activités :

- Avoir une vision globale sur son travail
- Faire une TO DO map pour mieux gérer son temps et ses priorités.
- Collecter et centraliser toutes les informations importantes
- Travailler en mode multi-tâches

METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Pendant 2 jours, vous ferez des micro-exercices cognitifs pour vous préparer à faire des Mind Maps efficaces.

Après une mini présentation des participants, nous allons faire une cartographie des attentes de la formation en BrainMapping.

Nous ferons des mises en situation réelle à partir des besoins ou problématiques de votre quotidien.

La méthode directement applicable et transférable par les participants dès le lendemain de la formation sur le terrain.

DUREE : 2 jours 14 heures



PREREQUIS : Tout au long de la formation, le stagiaire manipulera des logiciels de Mind Mapping. Il est donc indispensable de venir avec un ordinateur portable.

PUBLIC : Toute personne souhaitant mieux organiser ses idées et ses activités, au quotidien ou tout au long d'un projet.

SUIVI ET EVALUATION

Feuille de présences émargées sur place.

Certificat de réalisation envoyé à l'issue du stage

Auto-évaluation des acquis à la fin du stage.

Evaluation à chaud de la satisfaction fait en ligne.

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP : Nous contacter à formation@cjd.net

MAJ le 02/06/2023 par la responsable pédagogique