

Effacité professionnelle

Le saviez-vous ?

Les cartes heuristiques, cartes mentales ou Mind Maps font aujourd'hui l'objet de nombre de publications et formations. Leurs utilisations se répandent tant dans le domaine de la pédagogie que dans le monde de l'entreprise. Ces méthodes graphiques de représentation, formalisées au début des années 1970 par le psychologue anglais Tony Buzan sont rendues aujourd'hui faciles d'utilisation. La mise en œuvre courante des cartes heuristiques dans les écoles finlandaises, tant vantées aujourd'hui, contribue également à cette popularité. Extrait réseau canopé

Public

Artisans
Commerçants
Professions libérales

Date

Lundi 21 mars 2016
1 journée
de 9h15 à 17h30

Lieu

OGA Atlantic
57 Acti-Nord Beaupuy 3
La Gîte
Mouilleron-Le-Captif

Conditions

Prix : 48 € TTC
Déjeuner compris

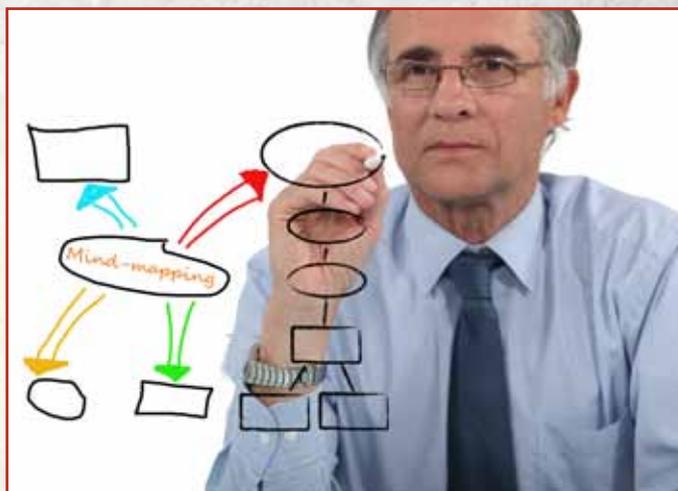
Animation

Janie Harros,
Consultante et formatrice en
stratégies d'apprentissage

Organiser sa vie avec les "Cartes mentales"

Objectifs

- Découvrir comment les cartes mentales (ou Mind Mapping) peuvent vous faire gagner en efficacité et en créativité.
- Utiliser cet outil pour prendre des notes efficaces et améliorer sa mémoire.



Programme

- Les règles à respecter pour construire des cartes efficaces.
- Création d'une carte mentale à partir d'un texte documentaire et mise en commun suivie d'un exercice de créativité.
- Travail individuel de création d'une carte mentale à partir d'un article de presse et restitution devant le groupe.
- Création collective d'une carte mentale en lien avec une thématique professionnelle ou personnelle. Exercice de créativité.
- La valeur ajoutée des cartes mentales dans l'organisation des idées, la structuration de l'information et la prise de décision.
- Présentation de logiciels libres de cartes mentales.

Mieux s'organiser, c'est possible !

Les images sont donc plus souvent évocatrices que les mots, plus précises et plus propices aux associations d'idées. Elles stimulent la pensée créatrice et la mémorisation. La force des cartes, c'est le mélange de quatre langages : mots, dessins, couleurs, contexte. Les utilisateurs peuvent privilégier l'un ou l'autre sans que la valeur et la compréhension en soient altérées. Les premières cartes que l'on fait sont simples, puis s'enrichissent au fur et à mesure que l'on s'enhardit. "