Mind Mapping ou carte mentale

Ref : 5-EP-MIND

Prochaines dates

Aucune date pour le moment

Durée : 2 jour(s)

Objectifs

Clarifier et structurer ses idées
Résoudre des problèmes par la créativité
Améliorer sa mémoire

Pré-requis

Tout public
Ne nécessite pas de pré-requis spécifique

Plan de cours

1. Les fondamentaux de la carte mentale
Exploiter l'ensemble du cerveau
La synergie entre le cerveau droit et le cerveau gauche

2. Connaître le processus d?élaboration d'une habitude
3. Démultiplier les capacités de notre mémoire sans effort
4. Construire des cartes mentales efficaces et stimulantes
Elaborer une carte suivant une méthodologie simple et puissante
Lire une carte mentale et retenir facilement beaucoup d?informations
Cartographier un document écrit pour en faire une conférence passionnante

5. Prendre la parole avec impact grâce à la carte mentale
6. Animer des réunions avec la carte mentale
7. Structurer son intervention
8. Prendre des notes efficaces grâce à la carte mentale