

## Modalités d'évaluation

☑ Avant la formation, un questionnaire sera envoyé sur les attentes et les connaissances que les futurs participants ont du sujet.

☐ L'évaluation des acquis se fait tout au long de la session au travers des multiples exercices à réaliser (50 à 70% du temps).

☑ 3 mois après la formation un questionnaire permettra de mesurer les acquis «à froid» et le degré de satisfaction.

## Compétences du formateur

- Expert et spécialiste dans le mind mapping, la mémoire, la vente et la négociation pour avoir lui-même assuré diverses responsabilités dans ces domaines.

- Il est reconnu depuis plus de 22 ans comme formateur expert et à ce titre il obtenu:

- Le certificat de compétences en entreprise délivré par CCI France.
- Une certification d'expert par ICPF&PSI reconnu auprès du CNEFOP

## Points forts

- Un environnement de formation au plus proche du réel : des cas pratiques issus d'exemples liés à votre activité et à vos attentes.
- De nombreux exercices sur la mémoire et le mind mapping afin de mettre en place des automatismes.
- Des moments d'improvisation pour prendre conscience des talents de chacun et lui permettre de développer sa singularité.
- L'exploitation des minds maps à titre personnel, lors de réunions ou pour développer des apprentissages.
- 3 Go de supports et d'exercices téléchargeables sur un «cloud».

## Moyens pédagogiques et techniques

Les moyens pédagogiques utilisés:

- Audiovisuels pendant la formation et utilisation de cartes mentales ou «minds maps» tout au long de la formation.
- Études de cas ou présentation de cas issus de l'expérience des participants.
- Documentation et supports de cours, exercices pratiques d'application, vidéos seront téléchargeables sur un «cloud»
- A l'issue de chaque formation ED Formation fournit aux participants un questionnaire d'évaluation leur permettant de s'exprimer sur le contenu et un autre de mesurer leur degré de progression
- Une feuille d'émargement est signée par demi-journée de présence.
- Une attestation de fin de formation est fournie pour les participants ayant assisté à l'ensemble de la session avec le niveau d'acquisition atteint.

L'ensemble des supports seront téléchargeables en ligne après la formation:

- Cartes CIM liées à la mémorisation et exemples de minds maps.
- Logiciels gratuits sur le mind mapping.
- Exercices d'entraînements liés au pictogrammes
- Vidéos sur la mémoire et le mind mapping
- Vidéos pour vous aider à apprendre et à vous entraîner.
- Bibliographie liée au mind mapping
- Bibliographie liée à la mémoire et à la carte CIM.

## Qui est concerné

- Toute personne qui souhaite optimiser la gestion de son temps
- Développer son efficacité personnelle et professionnelle
- Augmenter sa capacité à mémoriser
- Animer des réunions opérationnelles et claires
- Faciliter ses échanges professionnels en interne ou en clientèle.

## Pré-requis

Aucun pré-requis

## Objectifs pédagogiques

Apprendre à utiliser autrement un outil fabuleux, votre cerveau:

- Développer votre capacité à mémoriser et votre créativité et surtout votre efficacité au cours des réunions, des projets ou des prises de notes.
  - Maîtriser la conception d'un Mind Mapping® en équipe
  - Clarifier et organiser les idées, favoriser la créativité et la réflexion au sein d'un groupe
- Découvrir une autre façon d'apprendre et de travailler au quotidien en utilisant des moyens différents, ludiques et innovants

## Conséquences

- A l'issue de cette formation, vous serez à même de:
- Mémoriser une liste de 20 mots en moins de 5 mn. Être capable d'utiliser les techniques de mémorisation pour retenir les noms de vos interlocuteurs et de façon durable des données chiffrées ou des dates.
- Maîtriser les techniques de construction d'une carte mentale
- Développer votre efficacité au travail par la carte mentale
- Prendre des notes ou de structurer vos idées et vos projets d'une façon plus claire.

## Programme

## 1er JOUR, MATIN

Cerveau droit ou gauche. Comment mieux communiquer en utilisant la synergie de nos 2 hémisphères cérébraux ? Les mots ne sont pas tout!

## ☞ Mise en situation

☞ *Présentation improvisée en développant nos attentes sur une mind map commune.*

Les attitudes mentales face à l'apprentissage. Changer les idées de contrainte et d'effort pour découvrir une mémoire ludique et étonnante par sa force et sa simplicité d'utilisation.

## ☞ Mise en situation

☞ *Training sur la méthode sur la chambre romaine et les crochets de mémoire.*

## 1er JOUR, APRES-MIDI

Construire des cartes mentales efficaces et stimulantes:

- ✓ Le coeur de la mind map, les branches, les couleurs, les symboles.
- ✓ Les règles qui facilitent la construction.

## ☞ Mise en situation

☞ *Première mind map avec une démonstration interactive.*

- ✓ Les liens entre le mind mapping et la mémoire. Mémoriser à long terme: comment utiliser les images, la synergie de nos deux hémisphères en utilisant un exercice de concentration et de mémorisation.

- ✓ Prendre des notes efficaces avec le mind mapping - Organiser les informations; distinguer l'essentiel de l'accessoire - Rester plus attentif et concentré grâce à ce type de prise de notes

## ☞ Mise en situation

☞ *Entraînement à dessiner des symboles facilement.*

☞ *Prises de notes en live à partir de 2 vidéos et coaching sur la mise en application.*

## 2ème JOUR, MATIN

Renforcement des exercices de mémoire de la veille avec l'utilisation du code de la carte CIM. Comment le mind mapping devient aussi un outil de mémorisation étonnant?

Faciliter le travail collaboratif avec le mind mapping - Comment vivre un entretien, manager un projet ou une réunion avec l'utilisation du mind mapping et ainsi favoriser l'apprentissage de nouvelles données et l'organisation des idées.

## ☞ Mise en situation

☞ *Exercice de lecture rapide et de mémoire en s'appuyant sur le mind mapping.*

Une meilleure présentation des sources documentaires. Comment mettre en place le mind mapping au quotidien lors de réunions ou de travaux en

groupe.? Faire croître des idées grâce aux liens et à la créativité - Se connecter aux projets en « images » - Organiser ensuite logiquement la profusion d'idées - Hiérarchiser et mémoriser pour mieux rebondir.

## ☞ Mise en situation

☞ *Exercice sur une méthode de lecture dynamique appelée la méthode «soleil» qui prépare le mind mapping en réunion que l'on soit participant ou animateur.*

## 2ème JOUR, APRES-MIDI

Prendre la parole en public en toute sérénité sans support c'est tellement facile et simple lorsqu'on utilise des cartes mentales. Découverte de la capacité étonnante qu'à le cerveau à fonctionner par évocation permettant ainsi de développer la confiance en soi en public.

## ☞ Mise en situation

- ✓ Exercice de prise de parole en réunion en petits groupes à partir d'un article de journal.

- ✓ Animer une réunion - Communiquer efficacement - La présentation d'informations en utilisant le mindmap, les images et métaphores - Exprimer sa force de persuasion grâce à ses 2 hémisphères (le logique et le créatif).

- ✓ Prendre la parole en public en toute sérénité sans support - Utilisation pratique - Mise en place de la méthode au quotidien (entretien professionnel, commercial, animation de réunions, compte-rendu..)

## ☞ Exercice

☞ *Mettre en place 3 minds maps à réaliser dans la semaine qui suit et nous les faire partager.*

☞ *Concrétiser par un défi personnel sa capacité à mémoriser*