

EFFICACITE PROFESSIONNELLE

PLUS EFFICACE AVEC LA CARTE MENTALE ET LE SKETCHNOTE

Pour l'accueil des personnes en situation de handicap, [consulter les CGV](#)

Pour qui ?

- Dirigeants
- Managers/Cadres
- Collaborateurs
- Équipes
- Particuliers

Près de 80% des notes que nous prenons ne sont jamais relues. Pire, nous n'avons eu aucun plaisir à les prendre ! Et si nous adoptions d'autres pratiques qui nous permettent d'améliorer la concentration, la compréhension et le traitement des informations (orales ou écrites), leur mémorisation et leur restitution... le tout avec plaisir !
C'est la proposition de cette formation de 2 jours.



BIENVENUE

Pré-requis

- Non Oui

Pour les délais de réalisation de la formation, [consulter les CGV](#)

En amont de
la formation

Questionnaire en ligne d'auto-positionnement par rapport aux objectifs et au programme

OBJECTIFS
PÉDAGOGIQUES

- Comprendre le principe de la carte mentale
- Expérimenter la carte mentale dans différents contextes
- Appréhender les limites de la carte
- Découvrir le pouvoir du sketchnote
- Combiner sketchnote et carte mentale pour une meilleure efficacité personnelle et professionnelle

À L'ISSUE DE
LA FORMATION

Les participants

- savent élaborer des cartes mentales dans différents contextes
- savent prendre des notes en sktechnote

2 questionnaires en ligne

- Test de validation et ancrage des acquis
- Questionnaire d'évaluation qualité

MÉTHODES
PÉDAGOGIQUES

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Vidéos pédagogiques | <input type="checkbox"/> Jeux pédagogiques | <input type="checkbox"/> Imagerie |
| <input type="checkbox"/> Travail filmé et analysé avec les participants | <input checked="" type="checkbox"/> Analyse des situations des participants | <input type="checkbox"/> Exercices corporels |
| <input type="checkbox"/> Jeux de rôles | <input type="checkbox"/> Ateliers projectifs | <input type="checkbox"/> Questionnaires - quizz |

Modalité
d'animation

PRÉSENTIEL

DISTANCIEL

Durée 2 jours

Organisation

Sur site client ou dans un espace dédié réservé par ses soins.

Prix

Prix total HT* **3 250.00 €**

Pour **10** participant(s)

Tarifs indiqués hors frais de logistique, et pour une intervention en région parisienne. [Consulter les CGV](#)



MODALITÉS

- Cerveau gauche et cerveau droit : deux hémisphères complémentaires
- La mémoire un phénomène complexe
- Découvrir son potentiel créatif avec la carte mentale

Séquence 02 : Carte mentale et carte conceptuelle

SÉQUENCE 02

- Carte mentale et carte conceptuelle : quelles différences ?
- Les principes de base de la carte mentale
- Les utilisations de la carte mentale en entreprise : réunion, synthèse, trombinoscope, projet...
- Les limites possibles de la carte mentale

Séquence 03 : Les pouvoirs extraordinaires du sketchnote sur notre efficacité

SÉQUENCE 03

- Les 6 ingrédients du sketchnote : Pictos, Typos, Connecteurs...
- Concentration, compréhension, et traitement de l'information en temps réel
- Combiner sketchnote et carte mentale



PROGRAMME

Séquence 04 : Faciliter la conduite du changement avec un PMI en carte

SÉQUENCE 04

- Les 3 étapes du PMI : Plus, Moins, Intéressant
- Identifier les freins au changement
- Développer un regard systémique et traiter les objections

Séquence 05 : Les autres utilisations quotidiennes des cartes et sketchnote

SÉQUENCE 05

- Planning de journées, projets
- Carte postale !
- Messages à ses collaborateurs / entourages
- Trombinoscope de son équipe
- CV