

Les cartes mentales sont des outils visuels qui représentent graphiquement les liens entre des concepts, des idées et/ou des informations. C'est un outil indispensable pour le manager afin d'organiser des idées, d'améliorer la créativité, de faciliter la prise de décision et de simplifier la compréhension et la communication d'informations complexes. Cette formation vous donnera les bases pour créer et utiliser des cartes mentales de manière efficace.



Objectifs pédagogiques :

- Connaître et comprendre l'outil carte mentale et ses principes de réalisation
- Construire, utiliser et adapter des cartes mentales en fonction de ses besoins et en respectant les principes de base de leur conception
- Mieux structurer et organiser ses idées. Percevoir les connexions entre les concepts



Public cible :

Tout public



Durée (jour et heure) :

2 jours
14 heures



Nombre de participants :

Groupe de 8 à 15 participants



Prérequis :

Aucun prérequis nécessaire



Coût de la formation :

De 1.200 €/j à 1.400 €/j selon les besoins d'adaptation (hors frais de vie et de déplacement)



Programme :

La formation est très pratique, les concepts sont présentés sous forme de carte mentale et les participants créeront des cartes tout au long des 2 journées.*

**ATINAE ne forme pas sur (et ne représente aucun) des logiciels d'utilisation des cartes mentales.*

1- Les fondamentaux de la création de cartes mentales

- Définition, historique, contexte
- Avantages de l'utilisation des cartes mentales
- Efficacité de la carte mentale : mémoire et créativité
- Eléments de base et règles de conception d'une carte :
 - Sur le fond
 - Sur la forme

2- Utilisation avancée des cartes mentales

- Organisation hiérarchique et structurée des idées
- Gestion de l'information et prise de note
- Visualisation des relations entre les concepts
- Utilisation des cartes mentales pour le travail en équipe et le brainstorming

3- Applications pratiques : réalisation de cartes mentales

- To-do map
- Organisation d'événements
- Carte des objectifs
- Planification de projets
- Résolution de problèmes
- Aide à la prise de décision



Compétences visées :

- × **Structurer et organiser** des idées de manière logique en utilisant une représentation visuelle
- × **Résumer et condenser** des informations complexes en éléments essentiels, facilitant ainsi la compréhension et la mémorisation
- × **Utiliser les cartes mentales** comme un outil pour générer de nouvelles idées, explorer des alternatives et stimuler la créativité
- × **Organiser** les idées de manière à ce qu'elles soient facilement accessibles et compréhensibles.
- × **Prendre des notes** plus rapidement et de manière plus organisée en visualisant les liens entre les informations
- × **Utiliser les cartes mentales** pour peser les options, analyser les avantages et les inconvénients et visualiser les conséquences potentielles des décisions



Modalités pédagogiques : pédagogie active et participative Formation délivrée en présentiel ou en distanciel

- × Exposés théoriques et apports d'outils
- × Exercices en binômes et en sous-groupes
- × Jeux pédagogiques
- × Réalisations de cartes mentales sur différentes thématiques



Evaluations :

- × Evaluation de la progression pédagogique tout au long de la formation au moyen d'exercices pratiques...
- × Evaluation/bilan de la formation à chaud
- × Evaluation/bilan de la formation à froid (3 à 6 mois après)