



MIND MAPPING par Emilie NAVARRE

FORMATRICE : Emilie NAVARRE : Travail en équipe et monde de l'entreprise : un lieu où l'on peut faire rimer bien être et efficacité, où chaque individu est une pépite à tailler, où la confiance, l'autonomie et le droit à l'erreur sont les clés de la performance collective. Je crois que l'homme est bon et que c'est le contexte dans lequel il se trouve qui va lui permettre de déployer ses ailes, ou pas. Que le bonheur au travail n'est pas seulement un effet de mode, mais un devoir. Que la vie est belle, et que c'est à nous de décider ce que nous avons envie d'en faire !

OBJECTIFS

- Identifier comment stimuler ses 2 cerveaux pour gagner en efficacité dans son quotidien de dirigeant.e
- Identifier comment gérer les informations sans se laisser submerger
- Identifier comment intégrer des outils pour élargir son champ de réflexion en sortant de son cadre de référence

PROGRAMME

Jour 1 :

Matin

- Identifier les freins et les accélérateurs de créativité
- Se connecter à la bonne information au bon moment

Cartographier des informations lors d'un entretien en face à face

Après-midi

Découvrir la multiplicité de nos représentations respectives par rapport à une seule et même information.

- Connaître les processus d'élaboration d'une habitude, savoir ce qui est facilement retenu par nos interlocuteurs
- Démultiplier la capacité de notre mémoire sans effort

Gérer son temps avec la carte heuristique

Prendre une décision, réfléchir à un problème avec une carte heuristique

Jour 2 :

Matin

- Réactiver son savoir en respectant un rythme naturel
- Lire une carte et retenir facilement beaucoup d'informations
- Expérimenter les aptitudes de ses deux hémisphères cérébraux

Après-midi

Elaborer une carte suivant une méthode simple et puissante

Prendre des notes simples et efficaces à l'aide de la carte

Cartographier un document écrit pour en faire une conférence, une réunion, un discours passionnant

METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

Cette formation est avant tout un atelier. Les participants vont réaliser des expériences afin de comprendre ce qui fonctionne et ce qui fonctionne moins dans leur façon de s'organiser et de gérer l'information afin de ne garder que ce qui est bon pour eux dans les apports qui leurs sont faits.

Expériences, mises en pratiques, création d'outils spécifiques

PRE-REQUIS : Aucun

DUREE : 2 jours – 14 heures

PUBLIC : Toute personne désireuse de traiter l'information plus efficacement

SUIVI ET EVALUATION

Feuille de présences émargées sur place.

Certificat de réalisation envoyé à l'issue du stage

Auto-évaluation des acquis à la fin du stage.

Evaluation à chaud de la satisfaction fait en ligne.

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP : Nous contacter à formation@cjd.net

MAJ le 02/06/2023 par la responsable pédagogique