RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté Égalité Fraternité

greta LIMOUSIN

GESTION, MANAGEMENT, COMMERCIALISATION, COMMUNICATION

Contact : 05 55 12 31 31

Site(s) de formation

- Corrèze
- Creuse
- Haute-Vienne

www.greta-du-limousin.fr

Carte mentale ou heuristique ou Mind Mapping

PRÉSENTATION MÉTIER

Une carte heuristique, carte cognitive, carte mentale, carte des idées ou mind-mapping est un schéma qui va permettre de transposer sa pensée et ses idées. Elle va permettre de représenter visuellement le cheminement de la pensée et toutes les associations qui y sont liés.

Cet outil est idéal dans le monde professionnel pour organiser ses idées, programmer ses actions, structurer sa pensée. Il permet de gagner du temps et d'aller à l'essentiel.

Son aspect visuel est aussi un média qui facilite le travail collaboratif.

OBJECTIFS

- Comprendre le fonctionnement de la carte grâce aux neurosciences.
- Appliquer la carte dans différents cas.
- Faciliter la mise en œuvre de la démarche heuristique.

PUBLICS / PRE-REQUIS

- Tout public
- Savoir lire, écrire, compter

Un référent Handicap est à votre disposition pour l'analyse de vos besoins spécifiques et l'adaptation de votre formation. Contactez le GRETA.

GESTION, MANAGEMENT, COMMERCIALISATION, COMMUNICATION

Carte mentale ou heuristique ou Mind Mapping

Durée

- 2 jours (14 heures)

Validation / Modalités d'évaluation

- Attestation de formation

Modalités de formation

- Alternance de pédagogies active, participative et guidée
- Apports théoriques
- Etudes de cas / Analyse de situations

Modalités de financement

- Financement individuel
- Plan de développement des compétences
- Pro-A
- OPCO/Entreprise

Tarif de référence*

- 910 €

*Retrouvez nos conditions générales de vente sur le site Internet

CONTENU

Comprendre les fondements de la carte mentale :

- Appréhender les principes d'une carte mentale.
- Comprendre les processus mentaux de la mémoire.

Construire des cartes mentales manuelles efficaces et stimulantes :

- Intégrer les méthodes d'élaboration.
- Distinguer les différents types de.
- Savoir lire une carte mentale.
- Prendre des notes à partir d'un texte en mode carte mentale.
- Concevoir sa carte mentale.

Utiliser la carte mentale pour augmenter sa productivité :

- Développer le travail d'équipe avec une carte mentale.
- Animer une réunion à plusieurs avec une carte mentale.
- Faire une synthèse et favoriser la restitution sans notes.
- Dresser un plan d'action.
- Mémoriser sans effort, rendre dynamique et vivante une prise de parole.

Réaliser des cartes mentales :

- Construire une carte mentale.
- Mettre en forme une carte mentale.
- Réorganiser et modifier une carte mentale déjà existante.

MODALITES ET DELAIS D'ACCES

- Les délais d'accès à la formation sont variables selon les dates de session, nous consulter

date de mise à jour : 21/05/2025