

# Développer son efficacité avec le Mindmapping

#### INFORMATIONS GÉNÉRALES

**Type de formation :** Formation continue

**Domaine:** Management du SI

Filière: Relations humaines

Rubrique: Communication

**Éligible au CPF :** Non

Action collective: Non

#### **€** Tarifs

Prix public : 1490 €

#### Tarif & financement:

Nous vous accompagnons pour trouver la meilleure solution de financement parmi les suivantes :

Code de formation: COM140

Le plan de développement des compétences de votre entreprise : rapprochez-vous de votre service RH.

Le dispositif FNE-Formation.

**L'OPCO** (opérateurs de compétences) de votre entreprise.

**France Travail:** sous réserve de l'acceptation de votre dossier par votre conseiller Pôle Emploi.

**CPF** -MonCompteFormation Contactez nous pour plus d'information : contact@aston-institut.com

#### **PRÉSENTATION**

## **Objectifs & compétences**

- Définir la pensée heuristique
- Utiliser l'analyse et la synthèse
- Appliquer cette démarche à différents usages (prise de notes, synthèses, animation de réunions...)

#### Public visé

Tout public

### Pré-requis

Aucun prérequis nécessaire

# **PROGRAMME**

#### Définir la pensée heuristique

- Analyser le fonctionnement naturel du cerveau
- Distinguer la pensée linaire et la pensée heuristique
- Identifier les filtres et les automatismes de la pensée
- Clarifier ses idées et trouver de nouvelles solutions
- Identifier les étapes d'une réflexion rigoureuse et structurée
- Déterminer l'objectif pour optimiser la réflexion

Exercices : Passage de la pensée linéaire à heuristique

#### Utiliser l'analyse et la synthèse

- Stimuler les deux hémisphères gauche et droit
- Créer une carte manuelle : les 3 étapes indispensables
- Détailler la forme de la carte pour stimuler la pensée inductive, déductive et systémique
- Déceler l'importance de la couleur et des images

Exercices : Brainstorming et catégorisation en direct

# Appliquer cette démarche à différents usages

- Développer l'efficacité personnelle : fluidité et pertinence :
- Prise de décision
- Prise de parole
- Prise de notes
- Rédaction de proposition
- Présentation orale
- Augmenter l'efficacité collaborative : consensus et adhésion
- Animation de réunion
- Brainstorming

#### Lieux & Horaires

**Campus:** Ensemble des sites

**Durée:** 14 heures

**Délai d'accès :** Jusqu'a 8 jours avant le début de la formation, sous condition d'un dossier d'insciption complet

Distanciel possible : Oui

#### # Prochaines sessions

Cliquez sur la date choisie pour vous inscrire :

**17 / 10 / 2025** 

♥ : Ensemble des sites✓ : Distanciel possible

U : 14 heures■ : 2 jours

1/2



Exercices : prise de parole avec des pré-catégories - prise de décision

#### **MODALITÉS**

# Modalités

**Modalités :** en présentiel, distanciel ou mixte . Toutes les formations sont en présentiel par défaut mais les salles sont équipées pour faire de l'hybride. – Horaires de 9H à 12H30 et de 14H à 17H30 soit 7H – Intra et Inter entreprise.

**Pédagogie :** essentiellement participative et ludique, centrée sur l'expérience, l'immersion et la mise en pratique. Alternance d'apports théoriques et d'outils pratiques. **Ressources techniques et pédagogiques :** Support de formation au format PDF ou PPT Ordinateur, vidéoprojecteur, Tableau blanc, Visioconférence : Cisco Webex / Teams / Toom

**Pendant la formation :** mises en situation, autodiagnostics, travail individuel ou en sous-groupe sur des cas réels.

#### Méthode

Fin de formation : entretien individuel.

**Satisfaction des participants :** questionnaire de satisfaction réalisé en fin de formation.

Assiduité : certificat de réalisation.

**Validations des acquis** : grille d'evalution des acquis établie par le formateur en fin de formation.